Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
/Копрова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ

8 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ № 37	180	7	9,8	13,2	170	0
2010		ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			**440**	**15**	**18,2**	**51,2**	**430**	**0**
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			**200**	**1**	**0,2**	**20,2**	**86**	**4**
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ № 12	180	3,4	3,7	8,3	82	7,3
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 55	70/70	1,2	5,1	7,2	79	2
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ № 73	130	3,1	6,1	32,8	198	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ № 91	180	0,2		10,5	43	0
Итого			**675**	**10,3**	**15,4**	**75**	**489**	**9,3**
Уплотненый Полдник								
		ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА №120	130	16,1	8,3	15,6	216	11,2
2010		СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	50	1	3	4,6	49	0
2010		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ (консервы)	60	1,3	0,1	2,6	16	1,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,4	0,4	10,3	50	10,6
Итого			**570**	**19,5**	**12,4**	**57**	**442**	**23,5**
Всего				**45,8**	**46,2**	**203,4**	**1447**	**36,8**

Старшая мед, сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
_____ / Копрова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ

8 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	57	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ №37	150	5,7	7,9	11,1	140	0
		ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8,8	36	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			**410**	**13,7**	**16,3**	**50**	**404**	**0**
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			**200**	**1**	**0,2**	**20,2**	**86**	**4**
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ № 12	160	4	3,9	7,7	83	6,6
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 55	60/60	0,8	3	4,9	50	1
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ № 73	110	2,4	3,6	25,6	144	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И И ИЗЮМА № 91	180	0,1		9	37	0
Итого			**605**	**9,1**	**10,9**	**59,8**	**382**	**7,6**
Уплотненый Полдник								
		ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА	120	15	8	12,2	195	10,6
2010		СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	30	0,5	1,9	1,7	27	0
		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ (консервы)	40	0,9	0,1	1,7	11	1,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8,8	36	0
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	115	0,4	0,4	9,9	48	10,1
Итого			**510**	**17,4**	**10,9**	**47,7**	**383**	**21,8**
Всего				**41,2**	**38,3**	**177,7**	**1255**	**33,4**

Старшая мед, сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна