

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад №13"
/Иванова Т. А./

МЕНЮ
5 декабря 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,15	5,80	22,43	163,44	0,68
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,84	3,27	9,85	85,13	0,68
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,67	0,65	11,47	58,45	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	1,46	1,86	0,00	22,90	0,04
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,02	2,54	0,02	23,02	0,00
Итого			331	12,14	14,12	43,77	352,94	1,40
II Завтрак								
2008		БАНАН	172	2,10	0,70	29,40	134,40	14,00
Итого			172	2,10	0,70	29,40	134,40	14,00
Обед								
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	150	1,57	3,83	10,62	86,54	5,22
2008	265	ПЛОВ	150	11,61	20,04	18,75	301,71	0,25
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,96	23,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	0,87	1,55	2,42	28,39	13,78
Итого			525	16,04	25,68	50,47	501,63	19,25
Полдник								
2008	129	ОВОЩНОЕ РАГУ	150	1,80	3,46	10,50	80,78	10,93
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,67	0,65	11,47	58,45	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	155	0,08	0,00	3,14	12,83	0,02
Итого			327	3,55	4,11	25,11	152,06	10,95
Всего				33,83	44,61	148,75	1 141,03	45,60

Повар

Миназетдинова М.Н.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад №13"
/Иванова Т. А./

МЕНЮ
5 декабря 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,16	7,15	23,51	183,96	0,78
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,48	3,80	12,10	101,75	0,78
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,34	2,98	0,00	36,76	0,07
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,97	0,04	36,02	0,00
Итого			445	15,25	18,77	51,07	437,09	1,63
II Завтрак								
2008		БАНАН	151	2,26	0,75	31,63	144,60	15,06
Итого			151	2,26	0,75	31,63	144,60	15,06
Обед								
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	200	2,72	6,55	19,19	150,89	9,55
2008	265	ПЛОВ	200	10,00	9,78	17,13	196,83	1,14
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,53	0,34	16,17	77,81	0,00
2008		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,96	1,85	2,21	30,81	15,18
Итого			688	16,21	18,52	74,06	533,75	25,87
Полдник								
2008	129	ОВОЩНОЕ РАГУ	200	2,02	2,01	8,08	59,42	16,55
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	205	0,10	0,00	5,22	21,32	0,02
Итого			435	4,37	2,88	28,72	159,34	16,57
Всего:				38,09	40,92	185,48	1 274,78	59,13

Повар

Миназетдинова М.Н.