ИВАНОВА ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА

Подписано цифровой подписью: ИВАНОВА ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
Дата: 2023.12.04 15:17:35 +03'00'

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 декабря 2023 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5	5,7	17,2	141	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,5	2,9	11,2	86	0,6
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,6	11,5	58	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3		2,5		23	0
Итого			**325**	**10,2**	**11,7**	**39,9**	**308**	**1,2**
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	17	0,5	0,6	13,7	63	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			**117**	**1,3**	**0,8**	**28,9**	**128**	**3**
Обед								
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	9,8	13,5	9,6	204	8,8
2008	309	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ И КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	12,5	2,3	26,2	176	10,2
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	150			11,5	46	2,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2,3	3,7	40	12,3
Итого			**520**	**25**	**18,4**	**63,7**	**527**	**33,8**
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ	80	11,7	13,4	4,3	183	0,7
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,6	11,5	58	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	155	0,1		6,1	25	0
Итого			**257**	**13,5**	**14**	**21,9**	**266**	**0,7**
Всего				**50**	**44,9**	**154,4**	**1229**	**38,7**

Повар _____ Миназетдинова М.Н.

ИВАНОВА ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА

Подписано цифровой подписью: ИВАНОВА ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
Дата: 2023.12.04 15:19:50 +03'00'

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 декабря 2023 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,5	6,6	23,9	179	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,8	3,2	11,3	90	0,7
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			**435**	**11,6**	**14,8**	**50,6**	**385**	**1,3**
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			**190**	**1,6**	**1,2**	**38,4**	**171**	**3**
Обед								
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	10	14,1	8,6	205	9,4
2012	242	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ И КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ	200	18,8	4,2	40,4	274	13,1
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	200			15,5	62	3,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	77	0
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	50	1,4	3	4,5	52	21,4
Итого			**688**	**32,7**	**21,6**	**85,1**	**670**	**47,5**
Полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	100	12	14	4,9	195	0,7
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	205	0,1		4,3	17	0
Итого			**335**	**14,4**	**14,9**	**24,6**	**291**	**0,7**
Всего				**60,3**	**52,5**	**198,7**	**1517**	**52,5**

Повар _____ Миназетдинова М.Н.