

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 сентября 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,71	8,38	22,72	189,99	0,73
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,81	3,15	10,95	88,23	0,68
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,71	0,66	11,75	59,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,01	2,36	0,02	21,37	0,00
Итого			326	11,24	14,55	45,44	359,48	1,41
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	19	0,52	0,61	14,35	65,74	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			169	1,27	0,76	29,50	130,24	3,00
Обед								
2012	77	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	150	1,95	2,60	7,65	65,73	13,64
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ	150	12,42	12,49	19,38	239,99	8,33
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	4,15	16,59	2,52
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,80	3,22	40,27	1,51
Итого			520	16,91	18,15	47,12	423,77	26,00
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	15,23	10,61	13,63	216,32	0,23
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,71	0,66	11,75	59,89	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,10	0,00	2,96	12,37	0,16
Итого			278	17,04	11,27	28,34	288,58	0,39
Всего				46,46	44,73	150,40	1 202,07	30,80

Повар

Миназетдинова М.Н.

Утверждаю

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

МЕНЮ
11 сентября 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,54	7,49	24,61	193,00	0,80
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,68	3,88	13,42	108,48	0,83
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,01	2,44	0,02	22,14	0,00
Итого			433	13,48	14,68	53,47	402,22	1,63
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	30	0,34	0,99	23,19	106,20	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			190	1,59	1,14	38,34	170,70	3,00
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	2,22	5,15	9,08	94,08	15,90
2001		ПЕЧЕНЬ ПОД ПИЩЕВЫМ ЖЕЛТОМ	200	2,85	10,47	4,55	111,03	14,07
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	5,01	20,07	3,60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,53	0,34	16,17	77,81	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,68	2,92	3,97	44,75	1,86
Итого			688	10,28	18,88	58,72	382,63	35,43
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	16,93	13,23	15,60	254,36	0,26
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2001		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,01	2,44	0,02	22,14	0,00
Итого			103	19,28	14,10	36,24	354,28	0,28
Всего				52,63	48,80	196,67	1 447,97	40,34

Повар

Миназетдинова М.Н.