

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 апреля 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	5,53	6,75	19,70	162,56	0,68
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,07	2,59	9,07	72,68	0,52
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,67	0,64	11,42	58,22	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	1,41	1,79	0,00	22,06	0,04
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,02	2,75	0,03	24,91	0,00
Итого			331	11,70	14,52	40,22	340,43	1,24
II Завтрак								
2008		БАНАН	144	2,16	0,72	30,22	138,13	14,39
Итого			144	2,16	0,72	30,22	138,13	14,39
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	155	2,36	5,84	16,44	130,21	7,10
2008	316	КУРА ОТВАРНАЯ С МАКАРОНАМИ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	17,84	19,26	34,02	381,09	1,57
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	155	0,00	0,00	5,37	21,50	2,52
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	50	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	45	0,84	0,06	4,56	22,43	3,07
Итого			535	23,03	25,42	73,11	616,42	14,26
Полдник								
2008	129	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ	150	9,68	11,11	9,72	177,93	8,58
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,67	0,64	11,42	58,22	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,10	0,00	5,56	22,78	0,13
Итого			357	11,45	11,75	26,70	258,93	8,71
Всего				48,34	52,41	170,25	1 353,91	38,60

Повар

Миназетдинова М.Н.

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 апреля 2024 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,63	7,98	23,84	194,72	0,78
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,16	3,46	11,10	93,43	0,68
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,33	2,97	0,00	36,62	0,07
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			445	15,40	19,41	50,40	440,77	1,53
II Завтрак								
2008		БАНАН	182	2,19	0,73	30,66	140,15	6,02
Итого			182	2,19	0,73	30,66	140,15	6,02
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	3,75	5,24	27,26	175,64	10,40
2008	316	КУРА ОТВАРНАЯ С МАКАРОНАМИ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	200	21,47	21,57	45,02	460,56	1,35
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	4,84	19,35	3,60
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,51	0,33	16,05	77,21	0,00
2008	50	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,86	0,06	4,65	22,89	3,15
Итого			688	28,59	27,20	97,82	755,65	18,50
Полдник								
2008	129	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ	200	13,74	13,82	10,52	221,88	17,72
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	8,84	35,76	0,02
Итого			430	16,09	14,69	34,78	336,24	17,74
Всего				62,27	62,03	213,66	1 672,81	43,79

Повар

Миназетдинова М.Н.