ИВАНОВА ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА

Подписано цифровой подписью: ИВАНОВА ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
Дата: 2023.09.19 08:41:17 +03'00'

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 сентября 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	5,7	8,4	22,7	190	0,7
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,8	3,2	11	88	0,7
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,7	11,7	60	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3		2,4		21	0
Итого			**325**	**11,2**	**14,7**	**45,4**	**359**	**1,4**
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	18	0,5	0,6	14,4	66	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	65	3
Итого			**168**	**1,3**	**0,8**	**29,6**	**131**	**3**
Обед								
2012	77	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	150	2	2,7	7,6	66	13,6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ	150	12,4	12,4	19,5	240	8,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			4,2	17	2,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,8	3,2	40	1,5
Итого			**520**	**17**	**18,2**	**47,2**	**424**	**25,9**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	15,3	10,7	13,7	216	0,2
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,7	11,7	60	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		3	12	0,1
Итого			**272**	**17,1**	**11,4**	**28,4**	**288**	**0,3**
Всего				**46,6**	**45,1**	**150,6**	**1202**	**30,6**

Повар _____ Миназетдинова М.Н.

Утверждаю

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

ИВАНОВА ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
Подписано цифровой подписью: ИВАНОВА ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
Дата: 2023.09.19 08:41:37 +03'00'

МЕНЮ

20 сентября 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	6,5	7,5	24,6	194	0,8
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,7	3,9	13,6	109	0,8
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3		2,6		23	0
Итого			**433**	**13,5**	**14,9**	**53,6**	**405**	**1,6**
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	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	2,4	5,2	9,2	94	16,1
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ И КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	12,8	10,9	34,6	288	14,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			4	16	3,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	77	0
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	3	4	46	1,9
Итого			**688**	**18,4**	**19,4**	**67,9**	**521**	**35,7**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	16,9	13,5	15,5	257	0,3
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	205	0,1		5,2	21	0
Итого			**305**	**19,3**	**14,4**	**36,1**	**357**	**0,3**
Всего				**52,8**	**49,9**	**196**	**1454**	**40,6**

Повар _____ Миназетдинова М.Н.