Утверждаю

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

МЕНЮ

25 сентября 2024 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	5,63	8,46	21,55	185,68	0,73
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,75	3,15	10,53	86,28	0,68
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,69	0,65	11,57	58,95	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,02	2,75	0,03	24,91	0,00
Итого			325	11,09	15,01	43,68	355,82	1,41
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	18	0,51	0,60	14,17	64,89	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			168	1,26	0,75	29,32	129,39	3,00
Обед								
2012	77	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	150	1,93	2,76	7,64	66,89	13,65
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ	150	12,41	13,11	19,25	244,75	8,15
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	4,04	16,13	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	0,54	3,27	3,19	44,25	1,49
Итого			520	16,87	19,40	46,84	433,21	25,81
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	14,71	10,40	13,09	209,96	0,23
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,69	0,65	11,57	58,95	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,08	0,00	3,41	14,05	0,10
Итого			277	16,48	11,05	28,07	282,96	0,33
Всего				45,70	46,21	147,91	1 201,38	30,55

Повар

Миназетдинова М.Н.

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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	6,53	7,37	24,47	191,38	0,80
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,71	3,88	13,41	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	2,36	0,02	21,37	0,00
Итого			433	13,50	14,48	53,32	399,83	1,63
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	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	2,21	4,99	9,08	92,45	15,87
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ И КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	12,84	10,38	34,33	282,93	14,03
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	4,84	19,35	3,60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,51	0,33	16,05	77,21	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,68	2,81	3,98	43,88	1,86
Итого			688	18,24	18,51	68,28	515,82	35,36
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	70	16,84	13,34	15,42	254,21	0,26
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			300	19,19	14,21	35,88	353,36	0,28
Всего				52,52	48,34	195,82	1 439,71	40,27

Повар

Миназетдинова М.Н.