

Утверждаю

Заведующая  
МБДОУ ДС "Солнышко" р.п. Башмаково  
*Свечникова Н.В.*



**МЕНЮ**  
29 ноября 2022 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,3	5,6	19,3	150	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5	20	0,01
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36	2,4	5	15,6	118	0
<b>Итого</b>			<b>341</b>	<b>7,8</b>	<b>10,6</b>	<b>39,9</b>	<b>288</b>	<b>0,61</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН	186					0
<b>Итого</b>			<b>186</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
		САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	40	1	1,9	2,7	33	8,8
2012	57	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,1	5,7	10,4	111	7,6
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	151	10,3	15,9	26,4	288	0,8
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	182					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	13,8	66	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,6	69	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>19,8</b>	<b>24</b>	<b>67,9</b>	<b>567</b>	<b>17,2</b>
<b>Полдник</b>								
2011	184	ПЛЮШКА	59	4,3	6,3	28,7	189	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5	20	0,01
<b>Итого</b>			<b>214</b>	<b>4,4</b>	<b>6,3</b>	<b>33,7</b>	<b>209</b>	<b>0,11</b>
<b>Всего</b>				<b>32</b>	<b>40,9</b>	<b>141,5</b>	<b>1064</b>	<b>17,92</b>

Медсестра *Ускова* Ускова Л.В.

Повар *Локтионова* Локтионова Н.Ю.

Утверждаю

Заведующая  
МБДОУ ДС "Солнышко" р.п. Башмаково  
/Свечникова Н.В./

# МЕНЮ

29 ноября 2022 г.

Сад 10 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,1	7,4	25,4	197	0,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1		9,9	40	0,02
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36	2,4	5	15,6	118	0
<b>Итого</b>			<b>426</b>	<b>9,6</b>	<b>12,4</b>	<b>50,9</b>	<b>355</b>	<b>0,72</b>
<b>Обед</b>								
		САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	1,5	3	4,1	50	13,1
2012	57	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,5	6,2	13,9	132	9,9
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	222	12,9	20,8	39,4	397	1,1
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	156					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,5	83	0
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>24,1</b>	<b>30,5</b>	<b>90,7</b>	<b>738</b>	<b>24,1</b>
<b>Полдник</b>								
2011	184	ПЛЮШКА	79	5,7	8,5	38,2	252	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1		9,9	40	0,02
<b>Итого</b>			<b>269</b>	<b>5,8</b>	<b>8,5</b>	<b>48,1</b>	<b>292</b>	<b>0,12</b>
<b>Всего</b>				<b>39,5</b>	<b>51,4</b>	<b>189,7</b>	<b>1385</b>	<b>24,94</b>

Медсестра Ускова Ускова Л.В.

Повар \_\_\_\_\_ Локтионова Н.Ю.