

Утверждаю

Заведующая

МБДОУ ДС "Солнышко" р.п. Башмаков  
Свечникова Н.В.



**МЕНЮ**  
5 декабря 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>   |               |                                          |        |                   |         |             |                               |               |
| 2007             | 67            | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ                     | 150    | 4,8               | 5,4     | 19,6        | 146                           | 0,6           |
| 2012             | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 150/5  | 0,1               |         | 5           | 20                            | 0,01          |
| 2008             | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                       | 35     | 2,3               | 5       | 15          | 115                           | 0             |
| Итого            |               |                                          | 340    | 7,2               | 10,4    | 39,6        | 281                           | 0,61          |
| <b>Обед</b>      |               |                                          |        |                   |         |             |                               |               |
| 2012             | 82            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 150/10 | 4,8               | 2,9     | 12,2        | 94                            | 3,9           |
| 2004             | 53            | КАПУСТА, ТУШЕНАЯ С МЯСОМ                 | 151    | 12,3              | 5,6     | 7,4         | 130                           | 21,7          |
| 2008             | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                            | 150    |                   |         |             |                               | 0             |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 39     | 2,6               | 0,3     | 16,6        | 80                            | 0             |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 28     | 2,1               | 0,2     | 14          | 66                            | 0             |
| Итого            |               |                                          | 528    | 21,8              | 9       | 50,2        | 370                           | 25,6          |
| <b>Полдник</b>   |               |                                          |        |                   |         |             |                               |               |
| 2012             | 469           | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                         | 50     | 3,8               | 3,7     | 28,4        | 162                           | 0             |
| 2012             | 395           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ               | 150    | 2,2               | 1,8     | 9           | 62                            | 0,4           |
| Итого            |               |                                          | 200    | 6                 | 5,5     | 37,4        | 224                           | 0,4           |
| Всего            |               |                                          |        | 35                | 24,9    | 127,2       | 875                           | 26,61         |

Медсестра Ускова Ускова Л.В.

Повар Локтионова Локтионова Н.Ю.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

5 декабря 2022 г.

Сад 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>   |               |                                          |            |                   |             |              |                               |               |
| 2007             | 67            | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ                     | 200        | 6,4               | 7,1         | 25,8         | 193                           | 0,8           |
| 2012             | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 180/10     | 0,1               |             | 9,9          | 40                            | 0,02          |
| 2008             | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                       | 35         | 2,3               | 5           | 15           | 115                           | 0             |
| <b>Итого</b>     |               |                                          | <b>425</b> | <b>8,8</b>        | <b>12,1</b> | <b>50,7</b>  | <b>348</b>                    | <b>0,82</b>   |
| <b>Обед</b>      |               |                                          |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012             | 82            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200/10     | 5,6               | 3           | 18,7         | 124                           | 6,5           |
| 2004             | 53            | КАПУСТА, ТУШЕНАЯ С МЯСОМ                 | 221        | 18,1              | 8,2         | 10,7         | 190                           | 31,8          |
| 2008             | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                            | 180        |                   |             |              |                               | 0             |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 45         | 3                 | 0,4         | 18,9         | 91                            | 0             |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 33         | 2,5               | 0,2         | 16,8         | 79                            | 0             |
| <b>Итого</b>     |               |                                          | <b>689</b> | <b>29,2</b>       | <b>11,8</b> | <b>65,1</b>  | <b>484</b>                    | <b>38,3</b>   |
| <b>Полдник</b>   |               |                                          |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012             | 469           | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                         | 70         | 5,3               | 5,2         | 38,9         | 224                           | 0             |
| 2012             | 395           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ               | 180        | 2,7               | 2,2         | 13,7         | 86                            | 0,5           |
| <b>Итого</b>     |               |                                          | <b>250</b> | <b>8</b>          | <b>7,4</b>  | <b>52,6</b>  | <b>310</b>                    | <b>0,5</b>    |
| <b>Всего</b>     |               |                                          |            | <b>46</b>         | <b>31,3</b> | <b>168,4</b> | <b>1142</b>                   | <b>39,62</b>  |

Медсестра Ускова Л.В.

Повар Локтионова Н.Ю.