

Утверждаю

Заведующая

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



МЕНЮ
13 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,6	5,8	19,8	155	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	8	10,8	39,8	290	0,61
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
		САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	40	1	1,9	2,7	33	8,8
2012	57	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,2	5,8	10,4	113	7,6
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	151	10,3	15,9	26,4	288	0,8
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			10,7	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,3	73	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,8	0,1	12	57	0
Итого			566	19,7	24	77,5	607	17,2
Полдник								
2011	184	ПЛЮШКА	61	4,3	6,3	28,8	190	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5	20	0,01
Итого			216	4,4	6,3	33,8	210	0,11
Всего				33,6	41,6	172,1	1203	27,92

Медсестра Ускова Л.В.

Повар Локтионова Н.Ю.

Утверждаю

Заведующая

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



МЕНЮ
13 декабря 2022 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,5	7,8	26	204	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
Итого			425	9,9	12,8	50,9	359	0,82
Обед								
		САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	1,5	3	4,1	50	13,1
2012	57	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,6	6,3	13,9	134	9,9
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	222	12,9	20,8	39,4	397	1,1
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			11,6	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,4	68	0
Итого			747	23,9	30,7	100,8	780	24,1
Полдник								
2011	184	ПЛЮШКА	81	5,8	8,6	38,3	253	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1		9,9	40	0,02
Итого			271	5,9	8,6	48,2	293	0,12
Всего				39,7	52,1	199,9	1432	25,04

Медсестра

Ускова

Ускова Л.В.

Повар

Локтионова

Локтионова Н.Ю.