

Утверждаю

Заведующий



МЕДОУ ДС "Солнышко" р.п. Башмаковское
/Свечникова Н.И.

МЕНЮ

16 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 ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,2	5,8	22	160	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5	20	0,01
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			335	7,6	8,5	49,3	305	0,61
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
		САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	40	1	1,9	2,7	33	8,8
2005	46	СУП "ХАРЧО" НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	152/10/5	3,7	5,1	10,8	108	4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,1	17,1	115	8,3
2012	251	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	8,3	8,7	4,9	131	0,2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			10,7	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,9	72	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,8	0,1	11,7	55	0
Итого			595	19,5	20,2	72,8	557	21,3
Полдник								
2013	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	49	4,7	7,9	16,4	157	0
702	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,7	8,9	61	0,4
Итого			199	6,8	9,6	25,3	218	0,4
Всего				34,9	38,5	167,2	1166	26,31

Медсестра Ускова Л.В. Ускова Л.В.

Повар Локтионова Н.Ю. Локтионова Н.Ю.

Утверждаю

Заведующая

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



МЕНЮ

16 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	7	7,5	28,8	211	0,8
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1		9,9	40	0,02
		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			420	9,3	10,3	60,3	372	0,82
Обед								
		САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	1,5	3	4,1	50	13,1
2005	46	СУП "ХАРЧО" НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	202/10/5	4,6	6,7	17,7	153	6,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,1	21,4	144	10,3
2012	251	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	11	11,6	6,6	176	0,3
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			11,6	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17	82	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	14,1	67	0
Итого			755	25,1	27	92,5	719	30,3
Полдник								
2013	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	54	5,9	9,3	16,4	174	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	2,1	13,6	85	0,4
Итого			234	8,6	11,4	30	259	0,4
Всего				43	48,7	182,8	1350	31,52

Медсестра Ускова Ускова Л.В.

Повар Локтионова Локтионова Н.Ю.