

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ ДС "Солнышко" р.п. Башмак

_____/Свечникова Н.

МЕНЮ

22 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,5	7	27,5	199	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	8,9	12	52,4	354	0,82
Обед								
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200/10/25	7,1	3,9	29,2	182	6,3
2008	259	ГУЛЯШ	60/50	10	3,1	2,4	77	0,6
2008	181	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	151	6,4	6,5	29,1	200	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			11,6	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	18,9	91	0
Итого			721	26,5	13,9	91,2	597	6,9
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	134	21,3	15	17	910	0,2
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1		9,9	40	0,02
Итого			324	21,4	15	26,9	950	0,22
Всего				56,8	40,9	170,5	1901	7,94

Медсестра

Ускова

Ускова Л.В.

Повар

Локтионова

Локтионова Н.Ю

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,8	5,2	20,9	152	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	10,2	40,9	287	0,61
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150/10/15	5,8	3	20,2	131	3,8
2008	259	ГУЛЯШ	50/50	16,6	5,2	3,7	129	1
2008	181	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	121	5,1	5,3	23,3	160	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			10,7	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			585	30,1	13,8	74,5	543	4,8
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	112	17,6	12,1	12,7	749	0,2
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5	20	0,01
Итого			267	17,7	12,1	17,7	769	0,21
Всего				56,5	36,6	154,1	1695	15,62

Медсестра

Ускова

Ускова Л.В.

Повар

Локтионова

Локтионова Н.Ю