

Утверждаю

Заведующая

МБДОУ ДО "Солнышко" р.п. Башмаково
Свечникова Н.В.



МЕНЮ

27 декабря 2022 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептов	№ 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	5,4	5,7	19,5	152	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5	20	0,01
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36	2,4	5	15,4	117	0
Итого			341	7,9	10,7	39,9	289	0,61
II Завтрак								
2008		ГРУША	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	5
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	4,1	5,6	10,4	110	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	34	2,3	0,3	14,5	70	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	12,2	58	0
Итого			564	19,6	23,9	76,9	602	17,2
Полдник								
2011	184	ПЛЮШКА	60	4,3	6,3	28,7	189	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5	20	0,01
Итого			215	4,4	6,3	33,7	209	0,11
Всего				32,3	41,2	160,8	1147	22,92

Медсестра _____ Ускова Л.В.

Повар Локтионова Локтионова Н.Ю.

Утверждаю

Заведующая

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

МЕНЮ
27 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,3	7,6	25,7	200	0,8
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1		9,9	40	0,02
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	36	2,4	5	15,4	117	0
Итого			426	9,8	12,6	51	357	0,82
Обед								
		САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	1,5	3	4,1	50	13,1
2012	57	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10/6	4,5	6,1	13,9	131	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	39	2,6	0,3	16,5	80	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			745	23,7	30,4	100,1	774	24,1
Полдник								
2011	184	ПЛЮШКА	80	5,8	8,6	38,3	253	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1		9,9	40	0,02
Итого			270	5,9	8,6	48,2	293	0,12
Всего				39,4	51,6	199,3	1424	25,04

Медсестра _____ Ускова Л.В.

Повар Лом Лохтионова Н.Ю.