Согласовано

Заведующая детским садом
МАДОУ "Детский сад"Успех"
_____ /Фролова Татьяна Васильевна/

МЕНЮ

25 апреля 2022 г.

ЯСЛИ 12 ЧАСОВ ДИЕТ.ПИТАНИЕ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА	180	5,9	13	27,2	173	
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,4	0,3	14,7	71	
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	5,1	4,6	15,3	80	
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	37	
Итого			**390**	**13,5**	**26,2**	**57,3**	**361**	
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	
Итого			**100**	**0,5**	**0,1**	**9,9**	**43**	
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	180	2,5	11,8	11,7	108	
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133	
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,1	9	12,3	95	
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,2	0,1	16	70	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого			**540**	**12,6**	**33,3**	**54,8**	**475**	**45**
Полдник								
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	150	1,6	1,6	2,4	30	
2012	447	БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	60/20/5	11,9	14,9	48,3	262	
Итого			**235**	**13,5**	**16,5**	**50,7**	**292**	
Ужин								
2008	211	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	165	10,2	15,6	21	221	
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ С ВИТАМИНОМ " С"	180	0,1		10,1	25	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	
Итого			**385**	**12,9**	**16**	**48,1**	**328**	
Всего				**53**	**92,1**	**220,8**	**1499**	**45**

завхоз _____ Плеханова Марина Павловна

мед.сестра _____ Шевелева Ирина Владимировна

повар _____ Ипатьева Анна Анатольевна