Утверждаю

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

МЕНЮ

19 мая 2022 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ	200	8	11,5	30,5	258	1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77	3,6
Итого			**420**	**11,4**	**20,3**	**63,5**	**481**	**4,6**
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	100	0,6	0,1	5,6	28	28,1
Итого			**100**	**0,6**	**0,1**	**5,6**	**28**	**28,1**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,6	1,9	6,6	47	1,3
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200	3,6	14,3	20,9	229	18,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,1	9,2	2,1	127	0,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	1,4	4,8	14,3	105	0
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,2	0,1	8	38	23,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115	0
Итого			**570**	**18,6**	**30,6**	**76,2**	**661**	**43,8**
Полдник								
2008		БУЛОЧКА ПОСЫПНАЯ	50	0,1	0,1	0,6	330	0
2008	435	КАКАО	200	4,1	4,4	12,8	108	0,7
Итого			**250**	**4,2**	**4,5**	**13,4**	**438**	**0,7**
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,4	10,5	1,8	139	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	3,4	3,7	5,4	70	0,6
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			**450**	**17,6**	**15,1**	**49,4**	**407**	**10,8**
Всего				**52,4**	**70,6**	**208,1**	**2018**	**88**

завхоз _____ Плеханова Марина Павловна

мед.сестра _____ Шевелева Ирина Владимировна

повар _____ Ипатьева Анна Анатольевна

Утверждаю

Заведующая детским садом

МАДОУ "Детский сад"Успех"

_____ /Фролова Татьяна Васильевна/

МЕНЮ

19 мая 2022 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ	150	6	8,7	22,6	193	0,8
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ С ПОВИДЛОМ	30/20	2,5	0,3	27,5	123	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,1	1	0
Итого			**380**	**8,6**	**9**	**50,2**	**317**	**0,8**
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	100	0,6	0,1	5,6	28	28,1
Итого			**100**	**0,6**	**0,1**	**5,6**	**28**	**28,1**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	40	0,6	2	6,2	46	1,3
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	3,3	12,8	19,3	207	16,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,2	9,3	2,1	129	0,4
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	1,4	4,8	14,3	105	0
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,2	0,1	8,2	38	22,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			**530**	**16,9**	**29,2**	**64,7**	**594**	**41**
Полдник								
2008		БУЛОЧКА ПОСЫПНАЯ	50	0,1	0,1	0,6	330	0
2008	435	КАКАО	150	3,1	3,3	9,6	82	0,5
Итого			**200**	**3,2**	**3,4**	**10,2**	**412**	**0,5**
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,2	8,8	1,5	118	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	3	3,4	13,2	96	0,6
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			**405**	**15,3**	**13,1**	**52,7**	**392**	**10,7**
Всего				**44,6**	**54,8**	**183,4**	**1743**	**81,1**

завхоз _____ Плеханова Марина Павловна

мед.сестра _____ Шевелева Ирина Владимировна

повар _____ Ипатьева Анна Анатольевна