

Утверждаю



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

МЕНЮ

28 июля 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								
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,8	10,6	23,8	205	0,4
2008	2	БУТЕРБРОД СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	30/11	2,9	1,2	18,6	96	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,1	1	0
Итого			371	6,8	11,8	42,5	302	0,4
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР С САХАРОМ	100	2,7	2,3	4,9	54	0,6
Итого			100	2,7	2,3	4,9	54	0,6
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	7	8,8	18,2	180	6,7
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	10,8	10,8	12,3	189	6,2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			11,5	46	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			480	20	19,8	56,6	484	45
Полдник								
		РОГАЛИК	40	2,4	3,4	17,8	300,6	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,5		24,8	102	9
Итого			200	2,9	3,4	42,6	213	9
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	5,6	6,4	1,4	86	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5	20	0
2008		РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			305	8,3	6,8	23,4	188	0,1
Всего				40,7	44,1	170	1430,6	23

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

28 июля 2022 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,9	14,1	31,4	273	0,5
2008	2	БУТЕРБРОД СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	30/11	3,4	1,8	22,5	119	0,1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,1	1	0
Итого			421	8,4	15,9	54	393	0,6
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР С САХАРОМ	100	2,7	2,3	4,8	53	0,6
Итого			100	2,7	2,3	4,8	53	0,6
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7,3	9,5	19,8	195	7,5
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	10,8	10,9	12,3	191	6,2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			11,5	46	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115	0
Итого			520	21,8	20,7	67,9	547	63,7
Полдник								
		РОГАЛИК	40	2,5	3,4	17,9	300,6	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	155	0,5		25,6	105	9,3
Итого			195	3	3,4	43,5	217	9,3
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	5,6	6,6	1,4	87	0,1
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5	20	0
2008		РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			315	9	7	27,6	209	0,1
Всего				44,9	49,3	197,8	1607,6	74,3

завхоз Плеханова Марина Павловна

мед.сестра Шевелева Ирина Владимировна

повар Ипатьева Анна Анатольевна