

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 августа 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	5,4	10,4	22	204	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/10	2,3	4,6	14,3	108	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,2	22	0
Итого			395	7,8	15	41,5	334	0,6
II Завтрак								
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11,6	50	2,3
Итого			100	0,6	0,1	11,6	50	2,3
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,4	1,4	2,5	24	4,2
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180/10	5,6	9,2	22,8	197	4,9
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	8,8	9,5		121	0
2008	181	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	80	4,6	3,7	20,7	134	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14,7	59	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			570	21,6	24	75,3	604	9,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	0,8
		КОСИЧКА С МАКОМ	40					0
Итого			190	4,3	4,7	6,9	87	0,8
Ужин								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	80	3,2	0,4	20,6	98	0
		КОНСЕРВЫ МЯСО ТУШЕННОЕ	40	7,6	7,7	0,1	99	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
к/к	к/к	ЦИКОРИЙ С МОЛОКОМ	180	1,6	1,8	9,2	61	0,3
Итого			340	15	10,3	46,9	340	0,3
Всего				49,3	54,1	182,2	1415	13,1

завхоз _____

Елезова Светлана Викторовна

мед.сестра _____

Шевелева Ирина Владимировна

повар _____

Ипатьева Анна Анатольевна

Утверждаю

Заведующая детским садом

МАДОУ "Детский сад" Успех"

/Фролова Татьяна Васильевна/

МЕНЮ

22 августа 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	5,4	10,2	22	202	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,5	8,6	14,8	146	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,1	21	0
Итого			400	8	18,8	41,9	369	0,6
II Завтрак								
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11,7	50	2,3
Итого			100	0,6	0,1	11,7	50	2,3
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,4	1,5	2,6	25	4,3
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200	6,3	10,4	25,4	219	5,4
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	8,8	9,2		118	0
2008	181	ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	80	4,6	3,7	20,7	134	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115	0
Итого			600	23,8	25,1	87,6	669	9,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	6,2	9,1	116	1
		КОСИЧКА С МАКОМ	40					0
Итого			240	5,6	6,2	9,1	116	1
Ужин								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	80	3,2	0,4	20,6	98	0
		КОНСЕРВЫ МЯСО ТУШЕННОЕ	41	7,6	7,7	0,1	99	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
к/к	к/к	ЦИКОРИЙ С МОЛОКОМ	180	1,6	1,8	9,2	61	0,3
Итого			351	15,7	10,3	51,1	360	0,3
Всего				53,7	60,5	201,4	1564	13,9

завхоз _____

Елезова Светлана Викторовна

мед.сестра _____

Шевелева Ирина Владимировна

повар _____

Ипатьева Анна Анатольевна