

Утверждаю



Заведующая детским садом
МАПОУ "Детский сад" "Успех"
Фролова Татьяна Васильевна

МЕНЮ

20 сентября 2022 г.

Ясли 12 часов диет.питание

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вит: м, С, м
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ	130	5,4	7,6	25	181	
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5		2,4		22	
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	130	0,2	0,2	7,9	34	
Итого			295	5,6	10,2	32,9	237	
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	50	0,2	0,2	4,9	24	
Итого			50	0,2	0,2	4,9	24	
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	30	0,5	1	2,6	21	
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И	150	5,2	2,9	20,1	127	
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50	10,9	13	2,5	171	
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	80	1,9	3,5	20,9	123	
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,6	3,7	31	
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (КУРАГА)	150	0,4		11,8	49	150
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	
Итого			570	21,6	22,2	76,7	593	150
Полдник								
2012	199	БИТОЧКИ МАННЫЕ С ПОВИДЛОМ	140	5,6	4,7	40,8	226	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	
Итого			290	9,9	9,4	47,7	313	
Ужин								
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	80	0,5	2,5	3,9	40	
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	40	5,7	5,7	1,3	79	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	
2012	391	ЧАЙ-ЗАВАРКА С САХАРОМ	150	0,1		4,1	17	
Итого			300	8,3	8,5	22	197	
Всего				45,6	50,5	184,2	1364	15

завхоз

h

Елезова Светлана Викторовна

мед.сестра

meber

Шевелева Ирина Владимировна

повар

Ипатьева

Ипатьева Анна Анатольевна

Утверждаю

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



МЕНЮ

20 сентября 2022 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ	130	5,4	7,6	25	191	0,
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5		2,4		22	
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	130	0,2	0,2	7,9	34	
Итого			295	5,6	10,2	32,9	247	0,
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	50	0,2	0,2	4,9	24	
Итого			50	0,2	0,2	4,9	24	
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	30	0,5	1	2,6	21	1
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150	5,2	2,9	20,1	127	4
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50	10,9	13	2,5	171	0
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	80	1,9	3,5	20,9	123	
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,6	3,7	31	С
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (КУРАГА)	150	0,4		11,8	49	150С
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	
Итого			570	21,6	22,2	76,7	593	150С
Полдник								
2012	199	БИТОЧКИ МАННЫЕ С ПОВИДЛОМ	140	5,6	4,7	40,8	226	С
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	С
Итого			290	9,9	9,4	47,7	313	
Ужин								
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	80	0,5	2,5	3,9	40	
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	40	5,7	5,7	1,3	79	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	
2012	391	ЧАЙ-ЗАВАРКА С САХАРОМ	150	0,1		4,1	17	
Итого			300	8,3	8,5	22	197	
Всего				45,6	50,5	184,2	1374	150С

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

20 сентября 2022 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, м
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ	150	6,2	9	28,1	220	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	3,6	3,1	22,1	131	
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	155	0,4	0,2	9,8	43	
Итого			340	10,2	12,3	60	394	0
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	30	0,5	1	2,5	21	1
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180	6,2	3,4	23,9	151	4
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50	12,5	14,4	2,3	189	(
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	6,1	38,8	226	
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	40	0,6	2,1	4	37	(
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (КУРАГА)	180	0,5		14,6	61	180
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	
Итого			710	26,3	27,2	101,2	756	100
Полдник								
2012	199	БИТОЧКИ МАННЫЕ С ПОВИДЛОМ	165	6,7	5,1	48,2	264	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	
Итого			315	11	9,8	55,1	351	
Ужин								
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	1,9	3,7	15,4	103	
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	50	7,1	7,1	1,6	99	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	
2012	391	ЧАЙ-ЗАВАРКА С САХАРОМ	180	0,1		5,1	21	
Итого			400	12,4	11,2	43,3	325	100
Всего				60,3	60,9	269,4	1873	100

завхоз Елезова Светлана Викторовна

мед.сестра Шевелева Ирина Владимировна

повар Ипатьева Анна Анатольевна