

Утверждаю

заведующая

Детский сад №65

Янбулатова Е.Н./

МЕНЮ

10 сентября 2024 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150	3,1	4,2	18,2	124	0,3
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	150	1,8	4,4	18,8	122	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,7	1,4	8	51	0,3
к/к	к/к	КАКАО БЕЗМОЛОЧНОЕ (аллергики)	180	1,2	0,8	10,2	53	0
Итого			365	7	9,9	40,8	281	0,6
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83	1,6
Итого			200	1	0,2	19,6	83	1,6
Обед								
2008	75	БОРЩ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,3	5,9	7	96	7,3
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	160	8,5	9	20,3	197	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			500	14,3	15,2	50,2	398	17,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	180			9,7	39	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			200	6,5	6,4	23,2	177	0,9
Ужин								
2008	371	СОУС СЛАДКИЙ	40			5,7	22	0
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	15	12,4	8,8	211	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,3	26	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			400	17,3	12,6	35,4	328	0,2
Всего				46,1	44,3	169,2	1267	21

шеф-повар

Сорокина А.А.

Утверждаю

заведующая

Детский сад №65

Янбулатова Е.Н./

МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	3,5	5	21,3	144	0,3
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	180	1,9	4	18	115	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	49	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,9	1,7	9,9	62	0,3
2008	433	КАКАО БЕЗМОЛОЧНОЕ (аллергики)	200	0,2	0,2	7,9	34	0
Итого			416	7,7	12,2	46,4	326	0,6
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,3		17,2	71	2,6
Итого			100	0,3		17,2	71	2,6
Обед								
2008	75	БОРЩ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,9	7,3	8,6	116	8,9
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	9,8	10,7	25,5	237	13,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			610	16,9	18,4	61,2	478	22,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,2	104	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200			6,8	27	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	7,9	7,8	31,5	229	1
Ужин								
2008	371	СОУС СЛАДКИЙ	50			5,6	21	0
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	13,8	14,3	8,7	221	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		6,8	27	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	50	3,8	0,3	24,6	116	0
Итого			450	17,7	14,6	45,7	385	0,2
Всего				50,5	53	202	1489	26,5

шеф-повар

Сорокина А.А.