



Утверждаю

заведующая
 Детский сад №65
 /Ямбулатова Е.Н./

МЕНЮ
 2 июля 2024 г.

Ясли 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"	150	3	4,2	17	118	0,3
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
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,7	1,3	11,3	63	0
Итого			365	6,9	9,8	42,9	287	0,6
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	150	3	5,9	5,6	88	7,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	160	8,4	12	14,2	199	7,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			1,6	7	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			500	14,2	18,3	39,1	379	14,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,1	1,5	11,2	63	0
Итого			200	6,1	5,9	19,5	157	0,9
Ужин								
2008	371	СОУС СЛАДКИЙ	40			4,6	17	0
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	16,4	11,7	23,4	268	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,3	33	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			400	18,7	11,9	50,9	387	0,3
Всего				46,4	46,4	165,3	1272	29,9

и.о. шеф-повара

Ямбушева Л.А.

Утверждаю



заведующая
Детский сад №65
/Ямбулатова Е.Н./

МЕНЮ

2 июля 2024 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	3,7	6,3	21,3	156	0,3
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	180	1,9	4,7	18,7	125	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,3	0,2	15,5	73	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6		7,5	0,1	68	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,8	1,6	10,7	65	0,3
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	200	0,2		7,9	33	0
Итого			416	7,8	15,6	47,6	362	0,6
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	3,8	7,1	6,8	107	8,8
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	9,2	10,4	17,5	201	9,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,5	22	106	0
Итого			610	16,4	18	54,2	445	18,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,7	4,9	9,5	107	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200			6,7	27	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	8	7,8	31,8	232	1,1
Ужин								
2008	371	СОУС СЛАДКИЙ	50			5,7	22	0
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	21,9	15,4	23,9	326	0,3
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ (аллергики)	150	21,3	14	23,3	309	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,5	30	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	50	3,9	0,3	25,4	120	0
Итого			450	25,9	15,7	62,5	498	0,3
Всего				58,6	57,6	209	1599	33,3

и.о. шеф-повара

Ямбушева Л.А.