

Утверждаю

МКДОУ п.Горноправдинск д.сад "Сказка"
/Бурнашова Е.И./



МЕНЮ
9 декабря 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	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,6	4,1	23,6	145	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,5		41	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	145	2,1	1,8	18	97	0,73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			330	7,9	10,6	56,2	352	0,73
II Завтрак								
2008	442	СОК	98	0,5		7,2	31	169,2
Итого			98	0,5		7,2	31	169,2
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,1	3,8	9,3	90	10,5
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	4,1	3,1	26,1	149	0
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	55	11,6	7,6	7,2	158	8,4
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,2	1,7	1,4	22	0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,1	0,1	20,8	84	1,49
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,4	0,3	15,7	76	0
Итого			553	22,5	16,6	80,5	579	20,39
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	155	4,4	4,9	7,1	91	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	11	0,8	1	7,8	43	0
Итого			166	5,2	5,9	14,9	134	0,8
Ужин								
2008	451	ШАНЬГА С КАРТОШКОЙ	65	5,8	4	37,3	208	3,2
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150/11	0,1		11,7	47	0
Итого			226	5,9	4	49	255	3,2
Всего				42	37,1	207,8	1351	194,32

Утверждаю

МКДОУ п.Горноправдинск д.сад "Сказка"
/Бурнашова Е.И./



МЕНЮ

9 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,7	5,5	32,3	195	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,3	0,1	57	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	175	2,5	2,2	21,7	117	0,87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	0,3	24,1	114	0
Итого			432	10,9	14,3	78,2	483	0,97
II Завтрак								
2008	442	СОК	98	0,5		7,2	31	169,2
Итого			98	0,5		7,2	31	169,2
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	4,6	4,1	10,5	99	12
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,3	3,6	27,1	158	0
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	65	13,6	8,4	8,9	181	9,8
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,3	2,1	2	29	0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,1	0,1	25,1	102	1,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,1	0,4	19,6	94	0
Итого			668	26	18,7	93,2	663	23,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	155	4,4	4,9	7,1	91	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,3	1,6	12,5	70	0
Итого			173	5,7	6,5	19,6	161	0,8
Ужин								
2008	451	ШАНЫГА С КАРТОШКОЙ	75	6,5	5,2	42,8	242	3,7
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,1		14,5	58	0
Итого			268	6,6	5,2	57,3	300	3,7
Всего				49,7	44,7	255,5	1638	198,27