

Утверждаю
Заведующая
МДОУ "Детский сад №127 комбинированного вида"
_____/И.В. Трemasова/

МЕНЮ

17 апреля 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	190	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	6,7	7,7	28,8	212	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/6	3,6	7,4	14,8	140	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3	2,4	14,2	91	0,5
Итого			402	13,3	17,5	57,8	443	1,1
Обед								
2012	72	ЩИ С МЯСОМ КУР И СМЕТАНОЙ	180	6,3	9,6	13,9	173	15,1
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	70	9,7	11,6	6,3	168	2,2
2012	209	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,6	30,7	184	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,4	103	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
Итого			610	24,2	26,2	81	663	17,3
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	36	2,7	3,5	26,8	150	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			236	8,3	8,4	36,1	255	1
Ужин								
2012	36	САЛАТ "СВЕТОФОР"	50	0,8	1,9	3,8	37	1,3
2008	214	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	15,8	12,5	8,5	211	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,6	0,3	84,9	42	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9	36	0
Итого			450	18,3	14,7	106,2	326	1,7
Всего				64,1	66,8	281,1	1687	21,1

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №127 комбинированного вида"
/И.В. Трemasова/



МЕНЮ
17 апреля 2024 г.
Ясли 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	190	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140	5	6,1	21,1	161	0 5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/4	3,1	6	14,8	126	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,3	1,9	11,2	72	0 4
Итого			359	10,4	14	47,1	359	0 9
Обед								
2012	72	ЩИ С МЯСОМ КУР И СМЕТАНОЙ	150	4,9	7,7	8,9	129	8 5
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА КУР	50	8,6	9,7	5,4	143	1 4
2012	209	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,2	4,4	20,6	135	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,1	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
Итого			500	19,4	22,2	59,8	520	9 9
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	18	1,4	1,8	13,4	75	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0 9
Итого			198	6,4	6,2	21,7	169	0 9
Ужин								
2012	36	САЛАТ "СВЕТОФОР"	40	0,7	1,9	3	33	1
2008	214	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	150	13,7	11,1	6,2	180	0 3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,9	0,2	50,9	25	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
Итого			400	15,4	13,2	67,1	266	1 3
Всего				51,6	55,6	195,7	1314	3