



Утверждаю

Заведующая
ИДПОУ «Детский сад № 115»
/Красичкова С.В./

МЕНЮ

28 июня 2024 г.

Ясли 10,5 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,26	7,31	31,20	218,08	1,16
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,69	3,14	11,66	90,54	0,64
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	34	2,39	4,30	16,27	113,46	0,00
Итого			344	12,34	14,75	59,13	422,08	1,80
II Завтрак								
2012	399	СОК	150	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Итого			150	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Обед								
2008	107	СУП ПОЛЕВОЙ С МЯСОМ	160	7,69	5,37	17,70	150,01	5,84
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,73	0,45	23,94	114,75	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50	8,13	7,38	8,41	132,64	0,69
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	40	0,31	0,51	1,79	13,07	0,71
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			550	20,66	13,81	64,70	466,23	7,24
Уплотненный Полдник								
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	3,08	1,24	14,79	83,93	22,66
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,73	5,19	0,32	70,83	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,95	9,30	41,85	270,00	0,00
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	95	0,56	0,13	5,05	26,83	15,44
Итого			485	14,42	15,86	68,02	476,01	38,12
Всего				48,39	44,61	211,44	1 447,74	48,76

Утверждаю

Заведующая

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./



МЕНЮ

28 июня 2024 г.

Сад 10,5 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,26	7,31	31,20	218,08	1,16
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,62	3,91	14,10	111,31	0,80
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	46	3,19	6,27	21,69	156,12	0,00
Итого			406	14,07	17,49	66,99	485,51	1,96
II Завтрак								
2012	399	СОК	180	0,85	0,17	17,15	72,99	1,40
Итого			180	0,85	0,17	17,15	72,99	1,40
Обед								
2008	107	СУП ПОЛЕВОЙ С МЯСОМ	180	8,53	7,47	22,73	192,39	6,87
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	9,65	10,19	7,57	160,61	0,62
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	140	4,82	3,01	30,80	169,67	0,00
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	60	0,44	2,94	2,54	38,58	1,02
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			680	24,44	23,73	79,72	630,95	8,51
Уплотненный Полдник								
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,42	0,42	18,15	91,51	23,26
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,73	5,19	0,32	70,83	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,60	12,40	55,80	360,00	0,00
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,00	7,03	28,59	0,02
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	100	0,59	0,14	5,32	28,23	16,24
Итого			580	16,47	18,15	86,62	579,16	39,52
Всего				55,83	59,54	250,48	1 768,61	51,39