

Меню 2 день

Утверждаю

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Заведующий Н.И.Усачева

Если

На 15 июля 2025г.

Сбор	№	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Витам. С, мг
Ник	карт			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Тщеская	
рецен	Техн.						ценность	
ЗАВТРАК								
177		Каша из смеси круп вязкая	150	7,51	8,34	30,44	227	0,91
395		Кофейный напиток с молоком	180	2,37	2	11,96	75,83	0,98
1		Бутерброд с маслом	20/5	2,41	3,66	15,19	104	-
Итого								
				12,29	14,00	57,59	406,83	1,89
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (яблочный)	100	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого								
				0,5	-	10,1	42,22	2
ОБЕД								
		Салат из свежих овощей	40	0,6	3,04	4,52	43,77	2
		Щи из свежей капусты с картофелем на м/б	180	1,4	3,9	6,79	68	14,77
321	20	Пюре картофельное	120	3,35	5,58	21,45	149,65	5,29
282		Котлета мясная	60	9,33	6,93	9,42	137,25	0,09
376		Компот из с/ф	180	0,330	0,01	20,85	84,83	0,30
511		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	-
Итого								
				16,33	19,7	69,71	518,3	22,45
ПОЛДНИК								
368		Фрукт(яблоко)	1 шт.	0,40	0,40	9,8	44	10
401		Кефир	150	4,35	3,75	6	75	1,05
		Печенье	1 шт.	1,5	1,95	14,9	83,4	-
Итого								
				6,25	6,1	30,7	202,4	11,05
УЖИН								
247,		Рыба тушеная с овощами, яйцо	160/40	15,3	7,7	4,1	146,00	3,33
320		Чай с сахаром и лимоном	180	0,05	0,02	9,46	37,89	0,03
392		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,50	0,00
512		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0,30
Итого								
				19,04	8,26	34,73	289,19	3,66
Всего								
				54,41	48,06	202,83	1458,94	41,05

Повар

Меню 2 день

Утверждаю

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Заведующий Н.И.Усачева

Сад

На 15 июля 2025г.

Сбор	№ тех. карт	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге- тическая ценность	Витам. С, мг
рецен	Ник							
177		Каша из смеси круп вязкая	200	10,06	11,34	41,26	307,00	1,22
395		Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17
1		Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136	

Повар