

Меню 7 день

Ясли

На 27 мая 2025г.

Сбор Ник рецеп	№ Техн. карт	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге Тическая ценность	Витам. С,мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле- воды,г		
ЗАВТРАК								
180		Каша молочная овсяная	150	6,1	7,26	28,79	204,75	1,09
395		Кофейный напиток с молоком	180	2,37	2	11,96	75,83	0,98
1		Бутерброд с маслом	30/5	2,41	3,66	15,19	104	-
итого				10,88	12,92	55,94	384,58	2,07
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (персиковый)	100	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5		10,1	42,22	2
ОБЕД								
20	48	Салат из св.капусты	40	0,75	2,05	2,3	30,86	11,62
		Щи по- уральски с крупой со сметаной на м/бульоне	180	1,62	3,94	5,88	65,4	9,48
		Суфле из печени со сметан.соус.	110/40					
321		Пюре картофельное	120	3,35	5,58	21,45	149,65	5,29
376		Компот из сух/фруктов	180	0,330	0,01	20,85	84,83	0,30
		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	-
итого								
ПОЛДНИК								
368		Фрукт (яблоко)	1 шт.	0,40	0,40	9,8	44	10
401		Кефир	200	4,35	3,75	6	75	1,05
469		Булочка дом с изюм	65	3,64	6,26	29,96	179	0,0
итого				8,39	10,41	45,76	298	11,05
УЖИН								
344		Рагу овощное, яйцо вареное	120/40	3,45	11,92	17,55	191,35	14,36
393		Чай с сахаром и лимоном	180	0,09	0,0	7,1	29,00	1,42
512		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,50	0,00
итого				5,91	12,22	39,14	290,85	15,78
всего				48,62	61,8	192,83	1597,83	57,62

Меню 7 день

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Утверждаю



Сад

Заведующий Н.И. Усачева

На 27 мая 2025г.

Сбор ник рецеп	№ Техн. карт	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге Тическая ценность	Витам. С,мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле- воды,г		
ЗАВТРАК								
180		Каша молочная овсяная,	200	8,14	9,68	38,39	273,00	1,46
395		Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17
1		Бутерброд с маслом	40/10	2,45	7,55	14,62	136	
Итого				13,44	19,64	67,37	500	2,63
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (персиковый)	100	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5		10,1	42,22	2
ОБЕД								
20		Салат из св. капусты	50	0,75	2,54	4,50	43,7	16,22
72		Щи по- уральски с крупой со сметаной на м/бульоне	200	1,62	3,94	5,88	65,4	9,48
		Суфле из печени со сметанным соусом	130/50	15,51	12,43	3,29	187	0,01
321		Пюре картофельное	140	3,10	4,85	20,45	138,6	5,29
376		Компот из сул/фруктов	200	0,33	0,01	20,85	84,83	0,3
		Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	6,68	34,8	-
итого				23,4	25,81	66,95	594,93	31,45
ПОЛДНИК								
368		Фрукт (яблоко)	1 шт.	0,40	0,40	9,8	44	10
401		Кефир	200	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26
469		Булочка дом с изюмом	80	3,64	6,26	29,96	179	0
Итого				9,26	11,16	46,96	313	11,26
УЖИН								
344		Рагу овощное, яйцо вареное	150/40	3,45	11,92	17,55	191,35	14,36
393		Чай с сахаром и лимоном	200	0,12	0,02	10,20	41,00	2,83
512		Хлеб пшеничный	300	3,16	0,4	19,32	94,00	0,00
Итого				6,73	12,34	47,07	326,35	17,19
всего				53,33	68,95	238,4	1775,9	64,53

Повар _____