

Утверждаю

Заведующий

Н.И.Усачева

Меню 8 день

Ясли

на 14 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								
168	168	Каша гречневая молочная	150	4,48	4,08	29,94	173,00	
397		Какао с молоком	180	3,05	2,65	13,18	89,16	1,19
1		Бутерброд с маслом	30/5	2,41	3,66	15,19	104	-
7		сыр	10	2,32	2,95	0	36,00	0,07
Итого				12,26	13,34	58,31	402,16	1,26
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (грушевый)	100	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5		10,1	42,22	2
ОБЕД								
33	46	Салат из свеклы	40	0,6	3,04	4,52	43,77	2
		Суп картофельный с мясными фрикадельк.	150	5,3	4,14	12,35	108	8,96
321		Картофельное пюре	120	3,1	4,85	20,45	138,6	18,43
257		Котлета рыбная	60	7,98	4,72	3,12	87,00	4,04
376		Кисель из повидло	180	0,330	0,01	20,85	84,83	0,30
511		Хлеб ржаной	40	1,32	0,24	6,68	34,8	-
Итого				18,63	17	67,97	497	33,73
ПОЛДНИК								
368		Фрукт (яблоко)	1 шт.	0,40	0,40	9,8	44	10
383		Молоко кипяченое	150	0,07	0,00	16,71	67,11	0,005
		Зефир	1 шт.	1,5	1,95	14,9	83,4	-
итого				1,97	2,35	41,41	194,51	10,005
УЖИН								
240		Пудинг из творога с яблоками	150	20,42	16,00	21,95	313,50	2,00
351		Соус из кураги	50	0,77	1,8	5,3	40,6	0,15
392		Чай с сахаром	180	0,05	0,02	7,88	31,58	0,02
512		Хлеб пшеничный	25	2,37	0,3	14,49	70,50	0,00
итого				23,61	18,12	49,62	456,18	2,17
всего				56,97	50,81	227,41	1592,07	49,21

Повар _____

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Меню 8 день

Утверждаю

Сад

Заведующий 38 Н.И.Усачева

На 14 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								
168	168	Каша гречневая молочная	200	4,48	4,08	29,94	173	
397		Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82	107	1,43
1		Бутерброд с маслом	35/5	2,45	7,55	14,62	136	
7		сыр	15	3,48	44,25	0	54,00	1,05
Итого				14,08	59,07	60,38	470	2,48
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (грушевый)	102	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5		10,1	42,22	2
ОБЕД								
33		Салат из свеклы	60	0,71	3,04	4,18	46,95	4,75
83,121 122		Суп картофельный с мясными фрикадельк.	200	5,30	4,14	12,35	108,00	8,96
321		Картофельное пюре	140	3,1	4,85	20,45	138,6	18,43
257		Котлета рыбная	80	10,59	6,47	4,17	117,00	5,46
376		Кисель из повидло	200	0,33	0,01	20,85	84,83	0,3
511		Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,40	0,00
Итого				22,67	18,99	75,36	564,78	37,9
ПОЛДНИК								
368		Фрукт (яблоко)	1шт.	0,40	0,40	9,8	44	10
383		Молоко кипяченое	180	0,07	-	16,71	67,11	0,005
		Зефир	1шт.	1,5	1,95	14,9	83,4	-
Итого								
УЖИН								
240		Пудинг из творога с яблоками	160	20,42	16,00	21,95	313,50	2,00
351		Соус из кураги	60	0,971	2,26	6,63	50,75	0,162
392		Чай с сахаром	200	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03
512		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,50	0,00
Итого				23,82	18,58	52,53	472,64	2,19
всего				63,04	98,99	239,78	1744,15	54,58

Повар _____