

Меню 5 день

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Утверждаю

На 04 июля 2025г.

Сад

Заведующий 34 Н.И.Усачева

Сбор Ник рецеп	№ Техн. карт	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге Тическая ценность	Витам. С,мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле- воды,г		
ЗАВТРАК								
236		Пудинг из творога с рисом	160	22,09	14,91	28,40	336,00	0,27
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	
351		Соус молочный	50	0,971	2,260	6,63	50,75	0,162
Итого				28,36	27,13	64,01	613,75	1,6
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (яблочный)	102,9	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5		10,1	42,22	2
ОБЕД								
83,121, 122		Суп картофельный с овсяными хлопьями на курином бульоне	200	4,78	3,73	11,12	97,29	8,07
		Котлеты рубленные из птицы	80	17,22	18,03	9,84	270,18	
		Капуста тушеная	150	3,1	4,86	14,15	112,76	25,76
376		Компот из сушёных фруктов	200	0,330	0,01	20,85	84,83	0,30
511		Хлеб ржаной	42,6	2,64	0,48	13,36	69,40	0,00
Итого				28,07	27,11	69,32	634,46	34,13
ПОЛДНИК								
368		Фрукт(яблоко)	1 шт.	0,40	0,40	9,8	44	10
401		Кефир	205,9	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26
466		Плюшка	80	3,64	6,29	16,96	179,00	0,00
Итого				10,86	11,19	33,96	313	11,26
УЖИН								
168	168	Каша пшеничная молочная	200	5,43	4,23	38,27	213,00	
392		Чай с молоком	200	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03
512		Хлеб пшеничный	46,1	2,37	0,3	14,49	70,50	0,00
итого				7,86	4,55	62,22	321,39	0,03
всего				75,65	69,98	239,61	1924,82	49,02

Повар 34

Меню 5 день

Ясли

На 04 июля 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								
236		Пудинг из творога с рисом	130	14,73	9,94	18,93	224,00	0,19
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	-
351		Соус молочный	40	0,97	2,26	6,63	50,75	0,16
Итого				20,48	38,34	52,71	454,58	1,33
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (яблочный)	100	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5		10,1	42,22	2
ОБЕД								
83,121, 122		Суп картофельный с овсяными хлопьями на курином бульоне	150	4,78	3,73	11,12	97,29	8,07
		Котлеты рубленные из птицы	60	17,22	18,03	9,84	270,18	0
		Капуста тушеная	120	3,02	2,22	11,19	78,1	18,3
376		Компот из сушёных фруктов	180	0,330	0,01	20,85	84,83	0,30
511		Хлеб ржаной	40	1,32	0,24	6,68	34,8	-
итого				26,67	24,23	59,68	565,2	26,67
ПОЛДНИК								
		Яблоко	1 шт.	0,40	0,30	10,30	46,00	10
401		Кефир	200	4,35	3,75	6	75	1,05
466		Сдоба обыкновенная	65	3,64	6,29	16,96	179,00	0,00
итого				8,39	10,44	33,26	300,00	11,05
УЖИН								
168	168	Каша пшеничная молочная	150	4,48	4,08	29,94	173,00	0,00
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				6,9	4,4	52,31	275,08	0,02
всего				62,94	77,41	207,56	1635,08	41,07

Повар