

Утверждаю

Заведующий

Н.И.Усачева

Меню 8 день

Ясли

на 09 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								
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	20/5	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 (яблочный)	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	20	1,32	0,24	6,68	34,8	-
Итого				18,63	17	67,97	497	33,73
ПОЛДНИК								
383		Молоко кипяченое	150	0,07	0,00	16,71	67,11	0,005
		Печенье	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	130	20,42	16,00	21,95	313,50	2,00
351		Подлива фруктовая	40	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 Н.И.Усачева

На 09 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								
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	30/5	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 (яблочный)	99	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	30	2,64	0,48	13,36	69,40	0,00
Итого				22,67	18,99	75,36	564,78	37,9
ПОЛДНИК								
383		Молоко кипяченое	180	0,07	-	16,71	67,11	0,005
		Печенье	2шт.	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		Подлива фруктовая	50	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