

Утверждаю

Н.И.Усачева



Меню 8 день

Ясли

на 11 июня 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								
199	199	Каша ячневая молочная	150	4,48	4,08	29,94	173,00	
395		Кофейный напиток 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 (персиковый)	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	20,46	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
		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	150	20,42	16,00	21,95	313,50	2,00
368		Соус молочный сладкий	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 Р

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Меню 8 день

Сад

На 11 июня 2025г.

Утверждаю

Заведующий  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								
199	199	Каша ячневая молочная	200	4,48	4,08	29,94	173	
395		Кофейный напиток с молоком	200	3,67	3,19	15,82	107	1,43
1		Бутерброд с маслом	40/15	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 (виноградный)	101,7	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	44,5	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
		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
368		Соус молочный сладкий	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	36	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 