

Меню 1 день

Утверждаю

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

ЯСЛИ

Заведующий

Н.И.Усачева

На 16 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								
204, 205	204, 205	Макароны отварные с маслом	120	4,94	3,79	23,73	148,9	0,00-
393		Чай с молоком	150	0,09	0,0	7,1	29,00	1,42
		Печенье	14	1,5	1,95	14,9	83,4	-
7		Сыр(порциями)	10	2,32	2,95	-	36	0,07
Итого				8,85	8,69	45,73	297,3	1,49
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (персиковый)	100	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5	-	10,1	42,22	2
ОБЕД								
80,82		Суп картофельный с рисом на м/б	150	2,18	2,84	14,29	65,88	8,25
286		Тефтели мясные	60	8,84	9,68	11,17	167,25	0,84
354		Соус сметанный	40	0,56	2	2,35	29,64	0,02
		Каша гречневая рассыпчатая	110	3,48	4,42	20,22	130,76	0,52
376		Компот из сушеных фруктов	180	0,330	0,01	20,85	84,83	0,30
511		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	-
Итого				16,71	19,19	75,56	513,16	10,31
ПОЛДНИК								
397		Кофейный напиток с молоком	180	3,05	2,65	13,18	89,16	1,19
1		Бутерброд с маслом	25/10	2,41	3,66	15,19	104	-
				0,62	0,04	5,81	26,15	2,31
Итого				6,080	6,35	34,180	219,31	3,5
УЖИН								
45	45	Винегрет	180	2,44	5,38	17,26	127,45	14,97
213		Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63	-
392		Чай с лимоном	180	0,05	0,02	7,88	31,58	0,02
512		Хлеб пшеничный	25	1,58	0,2	9,66	47,00	0,00
511		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00
Итого				10,47	10,44	41,76	303,83	14,99
Всего				42,610	44,67	207,33	1375,82	31,31

Повар

Меню 1 день

Утверждаю

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Сад

Заведующий

Н.И.Усачева

На 16 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								
204, 205	204, 205	Макароны отварные с маслом	150	3,5	3,2	0,7	128	0,00
393		Чай с молоком	180	0,12	0,02	10,2	41,00	2,83
		Печенье	15	1,5	1,95	14,9	83,4	-
7		Сыр(порциями)	15	3,48	44,25	0	54,00	1,05
Итого				8,6	49,42	25,8	306,4	3,88
2 ЗАВТРАК								
399		Сок(виноградный)	100,8	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5		10,1	42,22	2
ОБЕД								
80,82		Суп картофельный с рисом на м/б	200	2,18	2,84	14,29	65,88	8,25
286		Тефтели мясные	70	11,78	12,91	14,90	223,00	1,13
354		Соус сметанный	50	0,56	2	2,35	29,64	0,02
		Каша гречневая рассыпчатая	150	3,48	4,42	20,22	130,76	0,52
376		Компот из сушеных фруктов	200	0,330	0,01	20,85	84,83	0,30
511		Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00
ИТОГО				20,31	22,54	82,63	586,31	10,22
ПОЛДНИК								
395		Кофейный напиток с молоком	200	3,67	3,19	15,82	107	1,43
1		Бутерброд с маслом	40/10	2,45	7,55	14,62	136	
41				0,62	0,04	5,81	26,15	2,31
ИТОГО				6,12	10,74	30,44	243	1,43
УЖИН								
45	45	Винегрет	200	2,73	12,35	16,88	189,6	20,5
213		Яйцо вареное 1шт	40	5,08	4,60	0,28	63	-
392		Чай с лимоном	200	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03
512		Хлеб пшеничный	30	3,16	0,4	19,32	94,00	0,00
511		Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,00
ИТОГО				13,01	17,73	55,96	436,69	20,53
ВСЕГО				49,16	100,47	210,74	1640,77	40,37

Повар

