

Меню 3 день

Утверждаю

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Н.И.Усачева

Заведующий

Если

На 16 июля 2025г.

Сбор	№	Наименование блюда	Выход	Химический состав	Энергетическая ценность	Витам. С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г

397	1	Какао с молоком	180	3,05	2,65	13,18	89,16	1,19
		Каша манная с молоком	150	3,4	3,96	27,83	161,0	0,00
1	1	Бутерброд с маслом	20/5	2,41	3,66	15,19	104	
7		Сыр(порциями)	10	2,32	2,95	0	36	0,07
Итого				11,18	13,22	56,2	390,16	1,26

399		Сок(яблочный)	100	0,5	0,00	10,1	42,22	2,00
Итого				0,5	-	10,1	42,2	2,00

80,82		Суп картофельный с крупой, макаронными изделиями на м/б	150	2,18	2,84	14,29	65,88	8,25
298	298	Голубцы ленивые с мясом	140	10,61	6,81	15,04	164,00	3,71
		Соус сметанный	30	0,7	2,5	2,93	37,05	0,02
376		Компот из свежих фруктов	180	0,330	0,01	20,85	84,83	0,30
511		Хлеб ржаной	20	1,032	0,24	6,68	34,80	0,00
Итого				14,85	12,4	59,79	386,56	12,25

401		Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75,00	1,05
469		Булочка домашняя	65	3,64	6,26	29,96	179,00	0,00
Итого				7,99	10,01	35,96	254,00	1,05

238		Запеканка из творога с морковью	130	11,6	10,29	23,78	234,00	0,71
351		Подлива фруктовая	40	0,024	0,015	0,75	2,95	0,15
392		Чай с сахаром	180	0,05	0,02	7,88	31,58	0,02
512		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,50	0,00
Итого				14,04	10,63	46,90	339,03	0,88
Всего				49,31	48,13	213,5	1449,62	17,44

Повар

Меню 3 день

Утверждаю

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Н.И.Усачева

САД

На 16 июля 2025г.

Сбор	№	Наименование блюда	Выход	Химический состав	Энергетическая ценность	Витам. С, мг
Ник	Техн:		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
рецен	карт					
ЗАВТРАК						
168		Каша манная с молоком	200	4,52	4,07	35,46
						197,00
397		Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82
						107
1	1	Бутерброд с маслом	40/5	2,45	7,55	14,62
						136
7		Сыр(порциями)	15	3,48	44,25	0
						54,00
						1,05
2 ЗАВТРАК						
399		Сок(яблочный)	96,4	0,5	0,00	10,1
						42,22
						2,00
ОБЕД						
80,82		Суп картофельный с крупой, макаронными изделиями на м/б	200	2,18	2,84	14,29
						65,88
298	298	Голубцы ленивые с мясом в сметан. соусе	180	14,1	9,04	20,26
						219,00
		Соус сметанный	50	0,7	2,5	2,93
						37,05
376		Компот из свежих фруктов	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
ПОЛДНИК						
401		Кефир	193,8	5,22	4,50	7,20
						90,00
						1,26
469		Булочка домашняя	80	3,64	6,26	29,96
						179,00
						0,00
УЖИН						
238		Запеканка из творога с морковью	160	17,49	15,43	35,67
						351,00
						1,07
351		Полдига фруктовая	50	0,024	0,015	0,75
						2,95
392		Чай с сахаром	200	0,06	0,02	9,46
						37,89
						0,03
512		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32
						94,00
						0,00
Итого						
всего						
						20,77

Повар