



Утверждаю

Заведующий

Н.И.Усачева

Меню 10 день

На 27 июня 2025г.

Ясли

Сбор Ник рецеп	№ Техн. карт	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге Тическая ценность	Витам. С,мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле- воды,г		
ЗАВТРАК								
237		Запеканка из творога	130	26,31	18,08	25,73	370,5	0,36
351		Соус молочный сладкий	40	0,77	1,8	5,3	40,6	0,15
395		Кофейный напиток с молоком	180	2,37	2	11,96	75,83	0,98
1		Бутерброд с маслом	25/5	2,41	3,66	15,19	104	-
итого				31,86	25,54	58,18	590,93	1,49
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (яблочный)	100	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5		10,1	42,22	2
ОБЕД								
		Суп перловый на м/б	150	2,68	3,69	16,81	107,1	5,4
282		Котлета мясная	60	9,33	6,93	9,42	137,25	0,09
		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	25	1,32	0,24	6,68	34,8	-
Итого				16,68	13,09	64,95	442,08	23,73
ПОЛДНИК								
368		Фрукт(яблоко)	1шт.	0,40	0,40	9,8	44	10
401		Ряженка	150	4,35	3,75	6	75	1,05
466		плюшка	65	3,64	6,29	16,96	179,00	0,00
Итого				8,39	10,44	32,76	298,00	11,05
УЖИН								
180	180	Каша пшеничная молочная	150	6,10	7,26	28,79	204,75	1,09
392		Чай с сахаром	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
Итого				7,73	7,48	46,33	283,33	1,11
_Всего_____				65,16	56,55	212,32	1656,56	39,38

Повар

Меню 10 день

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»

Утверждаю

Сад

Заведующий

Н.И.Усачева

На 27 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								
237		Запеканка из творога	160	26,31	18,08	25,73	370,50	0,36
351		Соус молочный сладкий	50	0,971	2,260	6,63	50,75	0,162
395		Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17
1		Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136	
Итого				32,581	30,3	61,34	648,25	1,692
2 ЗАВТРАК								
399		Сок (яблочный)	102,9	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого				0,5		10,1	42,22	2
ОБЕД								
80,82		Суп перловый на м/б	200	2,68	3,69	16,81	107,1	5,4
282		Котлета мясная	70	12,44	9,24	12,56	183,00	0,12
336		Капуста тушеная	150	3,1	4,86	14,15	11,76	25,76
376		Компот из сушёных фруктов	200	0,33	0,01	20,85	84,83	0,3
511		Хлеб ржаной	37,3	2,64	0,48	13,36	69,40	0,00
Итого				21,19	18,28	77,73	456,09	31,58
ПОЛДНИК								
368		Фрукт (яблоко)	1 шт.	0,40	0,40	9,8	44	10
401		Ряженка	207,2	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26
466		плюшка	80	3,64	6,29	16,96	179,00	0,00
Итого				9,26	11,19	33,96	313	11,26
УЖИН								
180	180	Каша пшеничная молочная	200	6,1	7,26	28,79	204,75	1,09
392		Чай с сахаром	200	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03
512		Хлеб пшеничный	37,1	3,16	0,4	19,32	94,00	0,00
итого				9,32	7,68	57,57	336,64	1,12
всего				72,85	67,45	240,7	1796,2	47,65

Повар