



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №19"

/Белолапкикова Н.А./

МЕНЮ

15 сентября 2022 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	5,5	8	17,5	164	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ НА МОЛОКЕ	190	4,5	3,7	13,2	104	0,8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	4,6	5,9	31,8	199	0
Итого			385	14,6	17,6	62,5	467	1,6
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	75	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			75	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Обед								
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	190	5,5	8,8	13,9	156	4,5
2007	91	БЕФСТРОГАНОВ	75	11,6	11,2	2,7	160	0,7
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,3	3,6	12,9	94	10,8
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	85	0,5	0,1	10,3	44	2
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			528	22,4	24	55,9	532	18
Полдник								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	150/15	33,3	21,9	17,7	409	2,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190	0,1		11,5	46	0
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	2,3	0,9	15,9	81	0
Итого			375	35,7	22,8	45,1	536	2,1
Всего				73,1	64,8	172,8	1580	31,2

Медицинская сестра _____ Белолапкикова Н.А.

Повар _____ Дубовая Н.А.



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №19"

/Белолапчикова Н.А./

МЕНЮ

15 сентября 2022 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	130	4,6	6,6	15,2	139	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ НА МОЛОКЕ	150	4,4	3,7	12,2	100	0,8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	28/4	3,2	4,6	22,3	143	0
Итого			312	12,2	14,9	49,7	382	1,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	75	0,4	0,4	8,8	42	9
Итого			75	0,4	0,4	8,8	42	9
Обед								
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	150	4,6	6,4	10,1	116	3,7
2007	91	БЕФСТРОГАНОВ	50	10,2	9,9	3	145	0,4
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	115	4,7	4,7	23,7	157	22,8
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	95	0,4	0,1	8,6	37	1,7
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			440	21,9	21,4	58,1	516	28,6
Полдник								
2008	258	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	130/20	23,9	18,4	12,2	315	1,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,1		9,9	40	0
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,9	1,1	19,7	100	0
Итого			325	26,9	19,5	41,8	455	1,5
Всего				61,4	56,2	158,4	1395	40,6

Медицинская сестра _____ Белолапчикова Н.А.

Повар _____ Дубовая Н.А.