

Утверждаю

Врио заведующего
МБДОУ д/с №22
/Орлова А.А./



МЕНЮ

22 февраля 2023 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,3	23,4	2,6	278	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38	4,1	7,5	9,7	124	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	3,3	22	132	0,5
Итого			413	23,7	34,4	42,6	577	1,9
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	5,3	8,2	13	149	5,3
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	13,4	16,4	3	213	0,7
2008	351	РАГУ ИЗ ОВОЩНОЕ	130	2,6	3,4	15,1	103	10,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,4	35	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	10,3	50	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	21,5	102	72
Итого			600	24,6	28,6	70,3	652	88,1
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95	1,3
2012	466	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,7	3,7	40,3	218	0
		КОНФЕТЫ	30	0,8		24	99	0
Итого			280	11,7	8,2	71,5	412	1,3
Всего				61,5	71,7	205,4	1737	101,3

Бухгалтер

Handwritten signature

Кропотова Н.Н.

повар

Handwritten signature

Миннихметова Т.А

Врио заведующего
МБДОУ д/с №22
Орлова А.А./

Врио заведующего
МБДОУ д/с №22
/Орлова А.А./

22 февраля 2023 г.

Ясли 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,4	21,1	2,3	248	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	3,2	6,1	10,7	113	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	1	0,2	5	26	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,7	7,9	59	1,2
Итого			355	20,6	30,2	27,8	458	2,6
II Завтрак								
к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	5,2	8	11	137	4,4
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	9,5	11,6	2,7	153	0,5
2008	351	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	1,7	9,1	9,6	123	5,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,3	35	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,2	5	26	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	44	150
Итого			490	19	29,2	53,9	518	160,7
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	4,3	3,8	6	75	1,1
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141	0
		КОНФЕТЫ	20	0,5		16	66	0
Итого			220	8,4	5,9	48,6	282	1,1
Всего				49,5	65,8	151,3	1354	174,4

Бухгалтер  Кротова Н.Н.

повар  Миннихметова Т.А

Врио заведующего
МБДОУ д/с №22
Орлова А.А.
д/с № 22

21 февраля 2023 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,6	4,2	18	128	0,5
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,6	4,8		60	0,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	71	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,2	30	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,4	3,4	24,5	143	0,6
Итого			421	14,9	12,7	63,5	432	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,3		0,7	6	2,1
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	11,2	2,9	14,4	130	7,6
		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	9,9	7,7	4,3	125	0,2
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,5	3,9	20,7	129	10,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,1	12,3	59	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,2	10,3	50	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	25,1	104	1,8
Итого			660	27,6	15	87,8	603	22,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	6,2	9,1	116	1
2008		ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,6	175	0
Итого			250	7	7,9	47,7	291	1
Всего				49,9	36	208,8	1373	34,4

Бухгалтер  Кротова Н.Н.

повар ММ Миннихметова Т.А.

Утверждаю

Врио заведующего
МБДОУ д/с №22
/Орлова А.А./

МЕНЮ

21 февраля 2023 г.

Ясли 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,4	3,5	12,9	97	0,4
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,8	2,4		30	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,2	14,7	71	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,1	3	21,8	127	0,5
Итого			353	11,6	9,2	55,8	356	0,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,6	0,6	14,7	71	15
Итого			100	0,6	0,6	14,7	71	15
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	9,5	3	14,1	122	7,3
2008	248	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	7	5,5	3,1	90	0,2
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,4	3,6	19,2	126	17,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,3	0,2	6,7	35	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,1	0,8	7,4	35	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,2	0,2	20,9	86	1,5
Итого			540	21,7	13,3	71,9	498	28
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	171	4,9	5,3	7,8	100	0,9
		ВАФЛИ	29	0,8	1	22,4	102	0
Итого			200	5,7	6,3	30,2	202	0,9
Всего				39,6	29,4	172,6	1127	44,8

Бухгалтер

Н.Н. Кропотова

Кропотова Н.Н.

повар

Т.А. Миннихметова

Миннихметова Т.А