

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с №22

Юрлова А.А./

# МЕНЮ

22 января 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	150	5,74	6,36	27,25	189,78	0,44
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,25	4,19	14,64	105,20	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	2,00	14,90	76,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,96	0,13	6,17	29,67	0,00
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,29	2,43	13,42	85,33	0,43
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>12,74</b>	<b>15,11</b>	<b>76,38</b>	<b>485,98</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,49</b>	<b>0,10</b>	<b>9,80</b>	<b>41,71</b>	<b>0,80</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180/16	4,67	5,18	8,55	99,64	6,97
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	17,99	20,98	3,81	275,76	0,88
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20	0,27	0,97	1,47	15,94	0,58
		КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	130	7,13	5,30	32,26	205,08	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,15	14,55	69,00	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	25,38	101,54	0,00
<b>Итого</b>			<b>646</b>	<b>33,59</b>	<b>32,75</b>	<b>94,25</b>	<b>806,53</b>	<b>8,43</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,00	36,05	0,03
		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6,04	3,32	40,97	217,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>6,10</b>	<b>3,34</b>	<b>49,97</b>	<b>253,68</b>	<b>0,03</b>
<b>Всего</b>				<b>52,92</b>	<b>51,30</b>	<b>230,40</b>	<b>1 587,90</b>	<b>10,13</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Кропотова Н.Н.

повар \_\_\_\_\_ Легаева В.А.

Утверждаю

заведующий  
МБДОУ д/с №22  
Юрлова А.А./



# МЕНЮ

23 января 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,42	3,48	12,83	96,82	0,40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,84	2,40	0,00	30,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,27	0,15	14,72	70,64	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	3,07	2,98	21,79	126,98	0,50
<b>Итого</b>			<b>353</b>	<b>11,59</b>	<b>9,14</b>	<b>55,70</b>	<b>355,03</b>	<b>0,90</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,57	0,57	14,65	71,00	15,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,57</b>	<b>0,57</b>	<b>14,65</b>	<b>71,00</b>	<b>15,00</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	30	0,40	1,53	2,57	25,82	1,32
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	9,61	3,04	13,94	122,11	7,25
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	7,65	7,66	4,85	118,95	0,06
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,58	4,43	11,32	97,01	23,27
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,13	0,80	7,35	35,25	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,15	0,15	20,93	86,25	1,50
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>21,52</b>	<b>17,61</b>	<b>60,96</b>	<b>485,39</b>	<b>33,40</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	175	4,93	5,43	7,98	101,85	0,91
		ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	87,93	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,63</b>	<b>6,26</b>	<b>27,31</b>	<b>189,78</b>	<b>0,91</b>
<b>Всего</b>				<b>39,31</b>	<b>33,58</b>	<b>158,62</b>	<b>1 101,20</b>	<b>50,21</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Кропотова Н.Н.

повар \_\_\_\_\_ Легаева В.А.



## МЕНЮ

23 января 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,62	4,14	17,45	126,33	0,50
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,60	4,80	0,00	60,00	0,12
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,27	0,15	14,78	70,86	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,18	8,84	42,52	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,45	3,36	24,48	142,72	0,56
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>15,32</b>	<b>12,63</b>	<b>65,55</b>	<b>442,43</b>	<b>1,18</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>10,00</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	50	0,66	2,54	4,23	42,71	2,15
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	11,18	2,99	14,46	130,01	7,52
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,70	10,69	6,76	165,91	0,09
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,07	5,22	13,44	114,87	27,51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,13	12,25	58,75	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	0,83	0,11	5,34	25,71	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,18	25,11	103,50	1,80
<b>Итого</b>			<b>648</b>	<b>28,50</b>	<b>21,86</b>	<b>81,59</b>	<b>641,46</b>	<b>39,07</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
2008		ВАФЛИ	50	1,39	1,65	38,56	174,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>7,02</b>	<b>7,86</b>	<b>47,68</b>	<b>290,98</b>	<b>1,04</b>
<b>Всего</b>				<b>51,24</b>	<b>42,75</b>	<b>204,62</b>	<b>1 421,87</b>	<b>51,29</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Кропотова Н.Н.

повар \_\_\_\_\_ Легаева В.А.



# МЕНЮ

22 января 2024 г.

Если 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	130	5,29	5,85	24,04	170,56	0,44
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,25	4,19	14,64	105,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,29	2,43	13,42	85,33	0,43
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>11,15</b>	<b>12,65</b>	<b>60,58</b>	<b>401,88</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,07	0,00	14,54	61,06	2,88
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,07</b>	<b>0,00</b>	<b>14,54</b>	<b>61,06</b>	<b>2,88</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	4,68	5,37	8,38	100,73	7,15
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	14,10	16,36	2,11	211,77	0,67
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20	0,24	0,96	1,52	8,00	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,27	5,06	28,49	173,80	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	0,66	0,09	4,24	20,40	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	1,50	0,10	9,70	46,00	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,05	0,02	9,79	36,73	20,00
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>27,50</b>	<b>27,96</b>	<b>64,23</b>	<b>597,43</b>	<b>27,82</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,02	7,50	30,04	0,02
2012	466	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,88	2,36	23,55	166,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,93</b>	<b>2,38</b>	<b>31,05</b>	<b>196,04</b>	<b>0,02</b>
<b>Всего</b>				<b>42,65</b>	<b>42,99</b>	<b>170,40</b>	<b>1 256,41</b>	<b>31,59</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Кропотова Н.Н.

повар \_\_\_\_\_ Легаева В.А.