

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с №22

/Орлова А.А./

МЕНЮ

5 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	130	7,27	8,03	27,24	211,48	0,80
		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 ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	9,27	37,85	3,45
Итого			365	10,96	12,42	59,63	395,32	4,25
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,07	0,00	14,54	61,06	2,88
Итого			100	0,07	0,00	14,54	61,06	2,88
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	4,68	5,37	8,38	100,73	7,15
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	14,87	17,13	2,11	221,74	0,70
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	1,50
Итого			500	28,27	28,73	64,23	607,40	9,35
Полдник								
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
Итого			200	3,93	2,38	31,05	196,04	0,02
Всего				43,23	43,53	169,45	1 259,82	16,50

Бухгалтер Кропотова Н.Н.

повар Легаева В.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ

5 февраля 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	150	7,72	8,54	30,45	230,70	0,80
		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
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	9,27	37,85	0,00
Итого			400	12,55	14,88	75,43	479,42	0,80
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Итого			100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180/16	4,72	5,18	8,66	100,28	7,04
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	18,82	21,83	3,81	286,66	0,91
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
Итого			646	34,47	33,60	94,36	818,07	8,53
Полдник								
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
Итого			250	6,10	3,34	49,97	253,68	0,03
Всего				53,61	51,92	229,56	1 592,88	10,16

Бухгалтер

Кропотова Н.Н.

повар

Легаева В.А.

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с №22

/Орлова А.А./

МЕНЮ

2 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов

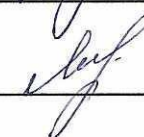
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	137	3,97	6,97	21,05	163,18	0,76
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,84	2,37	0,00	30,00	0,06
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,01	0,11	6,44	26,10	0,00
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,25	4,19	14,64	105,20	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,11	0,02	8,16	33,66	3,06
Итого			355	9,18	13,66	50,29	358,14	3,88
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,48	0,08	10,15	40,45	0,00
Итого			100	0,48	0,08	10,15	40,45	0,00
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,41	1,81	2,45	27,82	1,23
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150	6,67	5,48	11,60	122,48	3,06
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	55	9,73	15,95	6,25	207,61	0,47
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,27	3,55	10,36	82,50	18,88
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,58	0,21	10,13	48,75	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,55	0,20	16,77	79,16	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,15	0,15	20,93	86,27	1,50
Итого			550	23,36	27,35	78,49	654,59	25,14
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	6,21	5,36	8,57	113,57	1,50
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	3,90	3,06	23,90	90,00	0,00
Итого			200	10,11	8,42	32,47	203,57	1,50
Всего				43,13	49,51	171,40	1 256,75	30,52

Бухгалтер



Кропотова Н.Н.

повар



Легаева В.А.

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с №22

/Орлова А.А./

МЕНЮ

2 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	150	4,12	4,89	21,28	145,45	0,37
		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	55	2,32	4,19	26,12	151,37	0,04
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,96	0,13	6,17	29,67	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,00	7,05	29,30	0,63
Итого			400	7,51	9,21	60,62	355,79	1,04
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Итого			100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Обед								
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,72	2,10	4,25	39,11	2,59
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГОРОХОМ	180	7,99	6,58	13,92	146,99	3,68
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	12,38	19,39	6,27	249,17	0,57
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,61	4,08	11,91	94,80	21,69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,39	0,32	15,28	73,50	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,92	0,23	19,21	90,65	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,18	25,11	103,51	1,80
Итого			685	29,19	32,88	95,95	797,73	30,33
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	6,21	5,36	8,57	113,57	1,50
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	3,00	0,00	37,33	0,00
		БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	60	5,01	3,88	33,99	190,62	0,00
Итого			250	13,47	12,24	42,56	341,52	1,50
Всего				50,66	54,43	208,93	1 536,75	33,67

Бухгалтер



Кропотова Н.Н.

повар



Легаева В.А.

Утверждаю



МЕНЮ
1 февраля 2024 г.
Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	130	3,10	3,94	10,73	91,45	0,47
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,73	6,88	13,86	141,00	0,07
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,40	0,20	8,20	34,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,14	1,01	8,18	50,29	1,00
Итого			345	10,37	12,03	40,97	317,54	1,54
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	1,56	0,50	20,99	95,96	10,00
Итого			100	1,56	0,50	20,99	95,96	10,00
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	6,88	6,72	11,47	91,14	7,29
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	50	9,95	7,67	53,20	321,77	6,23
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	9,80	47,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,70	0,10	4,10	17,40	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
Итого			490	25,29	19,67	118,63	708,28	13,52
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100	20,40	14,37	15,88	278,57	0,24
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,02	7,50	30,04	0,02
Итого			250	20,45	14,39	23,38	308,61	0,26
Всего				57,67	46,59	203,97	1 430,39	25,32

Бухгалтер Кротова Н.Н.

повар Легаева В.А.

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с №22

/Орлова А.А./



МЕНЮ

1 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	150	3,58	4,55	12,42	105,71	0,55
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,73	6,88	13,86	141,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,75	0,05	4,90	23,50	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,35	1,40	10,93	61,98	0,26
Итого			405	11,69	13,05	50,34	371,76	0,81
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	1,78	0,59	24,95	114,03	4,90
Итого			100	1,78	0,59	24,95	114,03	4,90
Обед								
		СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,36	2,42	12,07	95,84	4,62
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	8,64	9,27	7,12	146,95	12,07
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,10	9,80	47,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,96	0,13	6,17	29,67	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,94	55,74	0,00
Итого			625	24,86	17,92	82,70	593,20	16,69
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (со сгущенным молоком)	100	20,96	14,65	20,11	300,50	0,28
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,00	36,05	0,03
Итого			280	21,02	14,67	29,11	336,55	0,31
Всего				59,35	46,23	187,10	1 415,54	22,71

Бухгалтер



Кропотова Н.Н.

повар



Легаева В.А.