

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с №22

Юрлова А.А./



МЕНЮ

4 марта 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	7,41	8,21	29,97	224,51	0,75
		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	0,11	0,00	7,05	29,30	0,63
Итого			400	12,23	14,53	72,73	464,68	1,38
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	4,75	8,51	95,87	6,81
		ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	70	10,62	11,36	2,24	153,60	0,53
		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			626	26,00	21,73	91,17	664,66	7,34
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				44,82	39,70	223,67	1 424,73	9,55

Бухгалтер _____ Кропотова Н.Н.

повар _____ Легаева В.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 марта 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	130	5,51	6,09	24,40	175,21	0,48
		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	9,20	10,48	56,79	359,05	3,93
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	0,95	2,99	5,55	98,24	6,23
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	50	7,46	7,55	3,91	113,24	0,00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,60	2,40	3,80	20,00	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	20	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			540	17,49	18,21	65,48	508,41	7,73
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				30,69	31,07	167,86	1 124,56	14,56

Бухгалтер _____ Кропотова Н.Н.

повар _____ Легаева В.А.

Утверждаю

заведующий
МБДОУ д/с №22
Орлова А.А./



МЕНЮ

5 марта 2024 г.

Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,62	4,14	17,93	128,27	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	15	0,96	0,13	6,17	29,67	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,45	3,36	18,68	119,49	0,56
Итого			421	14,90	12,58	57,56	408,29	1,18
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	50	0,68	2,55	4,28	43,04	2,20
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	11,18	2,99	14,46	130,01	7,52
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	17,17	20,76	52,27	286,26	13,72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,13	12,25	58,75	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,61	0,21	10,28	49,46	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	15,04	62,85	1,44
Итого			620	32,66	26,78	108,58	630,37	24,88
Полдник								
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
Итого			250	7,02	7,86	47,68	290,98	1,04
Всего				54,98	47,62	223,62	1 376,64	37,10

Бухгалтер _____ Кропотова Н.Н.

повар _____ Легаева В.А.



МЕНЮ

5 марта 2024 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	3,42	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
Итого			353	11,59	9,14	55,70	355,03	0,90
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,57	0,57	14,65	71,00	15,00
Итого			100	0,57	0,57	14,65	71,00	15,00
Обед								
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	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	15,89	19,05	47,02	277,25	10,76
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,32	0,24	6,68	34,80	0,00
		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
Итого			530	28,50	24,81	98,49	581,48	20,83
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	171	4,81	5,31	7,80	99,52	0,89
		ВАФЛИ	29	0,81	0,96	22,42	102,00	0,00
Итого			200	5,62	6,27	30,22	201,52	0,89
Всего				46,28	40,79	199,06	1 209,03	37,62

Бухгалтер _____ Кропотова Н.Н.

повар _____ Легаева В.А.