

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад №11"

_____/Лаврова Татьяна Александровна/

МЕНЮ

11 октября 2022 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		3,3		30	0
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,4	5,7	20,5	161	0,6
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,9	0,7	12,9	66	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	4	3,3	12,6	103	0,8
Итого			362	10,3	13	46	360	1,4
Обед								
2012	268	РЫБНАЯ КОТЛЕТА	90	13,3	3	9,9	130	1
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,4	2,6	22	126	10,8
2012	378	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	100			6	24	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2	0,3	12,7	61	0
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	25	0,4		0,8	5	0,5
2012	73	РАССОЛЬНИК	200	4,1	5,9	13,1	138	3,3
Итого			597	22,2	11,8	64,5	484	15,6
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	100	0,1		3,2	13	0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
2008	129	ВЕНИГРЕТ	80	2,5	3,3	7,9	79	5,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			240	7,1	7,8	51,2	311	5,9
Всего				39,6	32,6	161,7	1155	22,9

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад №11"

_____/Лаврова Татьяна Александровна/

МЕНЮ

11 октября 2022 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	165	6,1	6,5	28,4	208	0,8
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,2	4,4	14,9	129	1
Итого			400	13,6	15,9	58,7	453	1,8
Обед								
2012	56	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	4,5	6,5	12,8	143	4,8
2012	268	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	13,6	4,5	9,8	148	1,9
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,6	3,4	24,5	145	12
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2012	378	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	122			5	20	0
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	30	0,5		1,3	8	0,8
Итого			600	23,7	14,7	69,5	542	19,5
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	120	0,1		8,2	33	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	137	ВЕНИГРЕТ	155	2,8	1,9	9,9	74	6,7
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			345	8,2	6,7	63,3	353	6,7
Всего				45,5	37,3	191,5	1348	28