



Согласовано

Заведующий МБДОУ № 33

с. Вознесенское

Е.А. Жихарева

МЕНЮ

20 октября 2022 г.

Дети с 1-го года до 3-х лет 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

2011	188	Запеканка манная со свежими фруктами со сгущенным молоком	150	3,11	6,63	39,64	230,70	0,58
2011	187	Хлеб пшеничный	30	2,13	0,27	13,92	67,80	0,00
2011	495	Сыр	10	0,41	3,00	2,42	37,10	0,16
	387	Кофейный напиток с молоком	150	2,09	0,03	14,85	67,92	0,75
Итого			340	7,74	9,93	70,83	403,52	1,49

Обед

2011	43	Винегрет	40	0,5	3,66	2,78	46,1	0,66
2011	37	Рассольник ленинградский	150	1,46	3,6	9,12	74,76	2,52
2011	246	Биточки мясные	50	6,3	7,03	1,65	95,25	0,07
	354	Соус томатный	20	0,10	0,82	1,05	12,00	0,34
	297	Макароны отварные	110	4,3	4,2	25,02	150,34	0,00
	394	Кисель из концентратов	150	1,02	0,00	21,77	91,14	0,00
2011	400	Хлеб ржаной	30	1,56	0,33	10,02	52,20	0,00
Итого			550	15,24	19,64	71,41	521,79	3,59

Полдник

2011	436	Булочка «Сдоба»	60	4,35	3,00	36,78	193,52	0,00
2011	383	Молоко питьевое	150	4,19	4,79	7,60	90,09	1,05
Итого			210	8,54	7,79	44,38	283,61	1,05

Калькулятор

ИЛИМБАЕВА А.В.

Согласовано

Заведующий МБДОУ № 33
с. Вознесенское
Е.А. Жихарева



МЕНЮ

20 октября 2022 г.

Дети с 3-х до 7-и лет 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

2011	188	Запеканка манная со свежими фруктами со сгущенным молоком	180/20	3,11	6,63	39,64	230,70	0,58
2011		Хлеб пшеничный	40	2,44	0,36	18,56	90,40	0,00
2011	492	Сыр	10	2,34	3,00	0,00	2,80	0,16
	391	Кофейный напиток с молоком	180	2,67	0,04	17,82	81,50	0,03
Итого			430	10,56	10,03	76,02	405,4	0,77

Обед

2011	50	Винегрет	60	0,76	5,49	4,17	69,14	0,98
2011	64	Рассольник ленинградский	180	1,76	4,32	10,94	89,71	3,02
2011	255	Биточки мясные	70	10,43	9,72	13,81	175,44	0,10
2011	354	Соус томатный	30	0,10	0,82	1,05	12,00	0,52
2011	306	Макароны отварные	130	5,76	4,59	27,11	162,87	0,00
2011	400	Кисель из концентратов	180	0,23	0,19	22,82	93,87	0,00
2011		Хлеб ржаной	40	2,08	0,40	13,36	69,60	0,00
Итого			690	21,12	25,53	93,26	672,63	4,62

Полдник

2011	436	Булочка «Сдоба»	60	4,35	3,00	36,78	193,52	0,00
2011	383	Молоко питьевое	200	5,03	5,74	9,07	108,11	0,5
Итого			260	9,38	8,74	45,85	301,63	0,5

Калькулятор _____

ИЛИМБАЕВА А.В.