

Согласовано

Заведующий МБДОУ № 33  
с. Вознесенское

Е.А. Жихарева



## МЕНЮ

24 октября 2022 г.

**Дети с 1-го года до 3-х лет 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		

### Завтрак

2011	188	Каша молочная рисовая жидкая	150	3,87	3,39	21,93	133,72	0,91
2011	492	Хлеб пшеничный	30	2,13	0,27	132,92	67,8	0
2011	495	Масло сливочное	5	0,02	3,90	0,03	22,50	0,00
2011	391	Кофейный напиток с молоком	150	2,09	0,03	14,85	67,92	0,75
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>8,11</b>	<b>7,59</b>	<b>169,73</b>	<b>291,94</b>	<b>1,66</b>

### Второй завтрак

2011	408	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	0,03
------	-----	---------------	-----	------	------	-------	-------	------

### Обед

2011	43	Винегрет	40	0,5	3,66	2,78	46,1	0,66
2011	71	Суп картофельный мясными фрикадельками	150/20	4,48	4,98	6,66	90,78	2,89
2011	283	Капуста тушеная с мясом	160	8,50	38,12	8,67	411,88	11,45
2011	399	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	20,55	83,88	0,11
2011	400	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>15,88</b>	<b>47,12</b>	<b>48,17</b>	<b>684,84</b>	<b>15,11</b>

### Полдник

2011	60	Пирожки с повидлом	60	3,23	3,89	33,48	181,83	0,00
2011	405	Молоко питьевое	150	4,19	4,79	7,56	90,09	0,4
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>7,42</b>	<b>8,68</b>	<b>41,04</b>	<b>271,92</b>	<b>0,4</b>

Калькулятор 

ИЛИМБАЕВА А.В.



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

## МЕНЮ 24 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	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

### Завтрак

2011	188	Каша молочная рисовая жидкая	200	5,12	4,48	29,01	176,86	1,20
2011	187	Хлеб пшеничный	40	3,16	2,5	19,32	94,0	0,00
2011	495	Масло сливочное	5	0,02	3,90	0,03	22,50	0,00
2011	387	Кофейный напиток с молоком	180	2,67	0,04	17,82	81,50	0,03
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>10,97</b>	<b>10,92</b>	<b>66,18</b>	<b>374,86</b>	<b>1,23</b>

### второй завтрак

2011	408	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69,00	3,00
------	-----	---------------	-----	------	------	-------	-------	------

### Обед

2011	50	Винегрет	60	0,76	5,49	4,17	69,14	0,98
2011	71	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	5,93	6,12	8,18	111,48	3,55
2011	283	Капуста тушеная с мясом	200	12,75	57,19	13,00	617,82	17,17
2011	399	Компот из сухофруктов	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,14
2011	400	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	0,00
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>22,58</b>	<b>69,28</b>	<b>63,37</b>	<b>968,7</b>	<b>17,31</b>

### Полдник

2011	455	Пирожок с повидлом	60	3,23	3,89	33,48	181,83	0,00
2011	383	Молоко питьевое	200	5,03	5,74	9,07	108,11	0,45
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>8,28</b>	<b>9,63</b>	<b>42,55</b>	<b>289,94</b>	<b>0,45</b>

Калькулятор

ИЛИМБАЕВА А.В.