

Согласовано



И.о. заведующего МБДОУ № 33
с. Вознесенское
О.В. Блохина

МЕНЮ

12 декабря 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	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		

Завтрак

2011	165	Каша молочная пшеничная жидкая	150	4,42	4,02	22,92	145,57	0,2
2011		Хлеб пшеничный	30	2,13	0,27	13,92	67,80	0,00
2011	495	Сливочное масло	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
Итого			335	8,66	8,22	51,72	303,79	0,95

Второй завтрак

2011	408	Фруктовый сок	100	0,50	0,10	10,10	46,00	0,20
------	-----	---------------	-----	------	------	-------	-------	------

Обед

2011	3	Салат из белокачанной капусты с морковью	40	0,66	3,63	3,85	44,78	6,13
2011	65	Свекольник со сметаной	150/6	1,32	3,08	6,9	60,80	2,73
2011	286	Плов с мясом	160	15,9	13,33	22,78	274,71	1,65
2011	399	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	20,55	83,88	0,11
2011		Хлеб ржаной	30	1,56	0,33	10,02	52,20	0,00
Итого			536	19,86	20,37	64,1	516,37	10,62

Полдник

2011	383	Молоко питьевое	150	4,19	4,79	7,60	90,09	1,05
2011	455	Пирожок с повидлом	60	3,23	3,89	33,48	181,83	0,00
Итого			210	7,42	8,68	41,08	271,92	1,05

Калькулятор 

ИЛИМБАЕВА А.В.

Согласовано

И.о. заведующего МБДОУ № 33
с. Вознесенское
О.В. Блохина



МЕНЮ

12 декабря 2022 г.

Дети с 3-х до 7-и 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	165	Каша молочная пшеничная жидкая	200	5,89	5,37	30,56	134,10	0,27
2011	495	Сливочное масло	5	0,02	3,90	0,03	22,50	0,00
2011		Хлеб пшеничный	40	2,44	0,36	18,56	90,40	0,00
2011	391	Кофейный напиток с молоком	180	2,67	0,04	17,82	81,50	0,03
Итого			425	11,02	9,67	66,97	32,85	0,3

Второй завтрак

2011	408	Фруктовый сок	150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,30
------	-----	---------------	-----	------	------	-------	-------	------

Обед

2011	3	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,98	5,45	5,78	67,18	9,19
2011	65	Свекольник со сметаной	180/7,2	1,60	3,70	8,40	73,01	3,3
2011	286	Плов с мясом	200	19,89	16,67	28,50	343,39	2,14
2011	399	Компот из сухофруктов	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,14
2011	400	Хлеб ржаной	40	2,08	0,40	13,36	69,60	0,00
Итого			667,2	25,05	26,22	80,7	653,84	14,77

Полдник

2011	388	Молоко питьевое	200	5,03	5,74	9,07	108,11	0,4
2011	455	Пирожок с повидлом	60	3,23	3,89	33,48	181,83	0,00
Итого			260	8,26	9,63	42,55	289,94	0,4

Калькулятор

ИЛИМБАЕВА А.В.