

Согласовано



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

МЕНЮ

13 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	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		

Завтрак

2011	85	Каша гречневая молочная жидкая	150	3,57	1,32	11,35	58,67	0,68
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	338	Чай с лимоном	150	0,05	0,008	11,48	46,21	0,87
Итого			335	5,77	5,498	36,78	195,18	1,55

Обед

2011	46	Салат из моркови с зеленым горошком	40	1,00	3,64	2,87	48,03	0,92
2011	64	Суп картофельный с клецками	150	1,51	1,92	5,83	46,74	1,74
2011	311	Капуста тушеная	110	2,90	3,60	7,73	74,44	19,48
2011	246	Шницель	50	6,30	7,03	1,65	95,25	0,07
2011	400	Хлеб ржаной	30	1,56	0,33	10,02	52,20	0,00
	399	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	20,55	83,88	0,11
Итого			530	13,69	16,49	48,65	400,84	22,32

Полдник

2011	428	Булочка ванильная	60	4,19	4,70	33,90	193,40	0,00
2011	383	Йогурт питьевой	150	1,90	3,30	6,20	70,89	0,90
Итого			210	6,09	8,0	40,1	264,29	0,90

Калькулятор

ИЛИМБАЕВА А.В.

Согласовано

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

МЕНЮ

13 декабря 2022 г.

Дети с 3-х лет до 7-ми 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	85	Каша гречневая молочная жидкая	200	4,76	1,76	15,32	78,22	0,9
2011		Хлеб пшеничный	40	3,16	2,5	19,32	94	0
2011	495	Сливочное масло	5	0,02	3,9	0,03	22,5	0
2011	383	Чай с лимоном	180	0,06	0,009	13,8	55,45	1,04
Итого			425	8	8,17	48,47	250,17	1,94

Обед

2011	28	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,51	5,47	4,3	72,04	0,9
2011	69	Суп картофельный с клецками	180	1,81	2,3	6,94	55,64	2,07
2011	311	Капуста тушеная	130	3,93	4,85	10,55	101,50	26,57
2011	255	Шницель	70	10,43	8,72	13,81	175,44	0,10
2011	399	Компот из сухофруктов	180	0,5	0	24,66	100,66	0,14
2011		Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	0
Итого			660	20,82	21,82	73,62	574,88	29,78

Полдник

2011	428	Булочка ванильная	60	4,19	4,70	33,90	193,40	0,00
2011	406	Йогурт	200	9	5,76	15,3	156,6	1,4
Итого			260	13,19	10,46	49,2	350,0	1,4

Калькулятор

ИЛИМБАЕВА А.В.