

Согласовано

Заведующий МБДОУ № 33  
с. Вознесенское

Е.А. Жихарева



## МЕНЮ

23 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	155	Каша молочная «Дружба»	150	3,59	3,42	18,05	117,37	0,020
2011		Хлеб пшеничный	30	2,13	0,27	13,92	67,80	0,00
2011	495	Масло сливочное	5	0,02	3,90	0,03	22,50	0,00
2011	338	Чай с лимоном	150	0,05	0,01	11,48	46,21	0,87
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>5,79</b>	<b>7,6</b>	<b>43,48</b>	<b>253,88</b>	<b>0,89</b>

### Второй завтрак

2011	408	Фруктовый сок	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>46,00</b>	<b>0,20</b>
------	-----	---------------	------------	-------------	-------------	--------------	--------------	-------------

### Обед

2011	46	Салат овощной с зеленым горошком	40	0,86	2,57	4,01	43,08	1,26
2011	69	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,25	3,41	4,30	52,97	8,33
2011	283	Гуляш из мяса	50/20	6,49	6,93	1,23	93,51	0,22
2011	403	Каша гречневая рассыпчатая	110	1,60	5,54	30,94	179,93	0,00
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
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>12,18</b>	<b>18,78</b>	<b>71,05</b>	<b>505,57</b>	<b>9,92</b>

### Полдник

2011	383	Молоко питьевое	150	4,19	4,79	7,60	90,09	1,05
2011		Печенье	30	2,40	4,90	7,90	39,60	1,5
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>6,59</b>	<b>9,69</b>	<b>15,5</b>	<b>129,69</b>	<b>2,55</b>

Калькулятор

ИЛИМБАЕВА А.В.

Согласовано

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

## МЕНЮ

23 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	155	Каша молочная «Дружба»	200	4,79	4,57	24,07	156,49	0,28
2011	495	Масло сливочное	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	338	Чай с лимоном	180	0,06	0,01	13,80	55,45	1,04
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>7,31</b>	<b>8,84</b>	<b>56,46</b>	<b>324,84</b>	<b>1,32</b>

### Второй завтрак

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

### Обед

2011	46	Салат овощной с зеленым горошком	60	1,29	3,56	6,02	64,62	2,1
2011	82	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,50	4,09	5,16	63,56	6,02
2011	283	Гуляш из говядины	70/30	21,36	12,14	2,22	163,65	2,31
2011	297	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,18	4,40	28,86	167,67	0,00
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
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>30,91</b>	<b>24,59</b>	<b>80,28</b>	<b>629,76</b>	<b>10,57</b>

### Полдник

2011	388	Молоко питьевое	200	5,03	5,74	9,07	108,11	0,45
2011		Печенье	50	2,90	5,40	8,90	42,50	1,7
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>7,93</b>	<b>11,14</b>	<b>17,97</b>	<b>150,61</b>	<b>2,15</b>

Калькулятор

ИЛИМБАЕВА А.В.