Утверждаю

Руководитель СПДС "Красная Шапочка"

/Петрова Г.В./

МЕНЮ

27 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,2	14	33,6	293	0,8
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	6,8	6,4	18	160	0,8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	.30/5	2,4	9,2	15,1	153	0
Итого			**425**	**17,4**	**29,6**	**66,7**	**606**	**1,6**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	20	0,7	9,7	1,4	95	0,8
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	200	6,5	21,6	16,9	287	5,1
2008	309	РАГУ ИЗ КУР	200	15,5	27,4	26,5	415	22,4
2008	401	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	14,4	66	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,6	0,3	29,5	131	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			**760**	**28,9**	**59,5**	**109,9**	**1096**	**68,3**
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	5,9	8,6	111	1
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	.25/3/20	2,4	9	27,5	200	0
Итого			**240**	**7,7**	**14,9**	**36,1**	**311**	**1**
Ужин								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,7	9,8	13,2	144	1
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	140	29,7	25,8	27	464	0,3
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	2,4	9,6	18,2	167	0,2
2012	391	ЧАЙ	180	0,1		0,3	2	0
Итого			**605**	**34,7**	**45,8**	**83,9**	**892**	**13,5**
Всего				**88,7**	**149,8**	**296,6**	**2905**	**84,4**

Утверждаю

Руководитель СПДС "Красная Шапочка"

/Петрова Г.В./

МЕНЮ

27 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,8	13,5	27,7	258	0,8
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	6,3	5,9	17,1	148	0,7
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	.20/5	1,6	8,9	10,1	127	0
Итого			**335**	**14,7**	**28,3**	**54,9**	**533**	**1,5**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	15	0,4	9,7	0,9	93	0,6
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	150	5,1	20,4	16,4	269	4,9
2008	309	РАГУ ИЗ КУР	150	13,9	26,3	25,3	393	21,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	14,4	66	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ*	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			**600**	**24**	**57,1**	**93,7**	**990**	**67,1**
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	4,7	6,9	87	0,8
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	.15/3/10	1,6	8,7	16,2	149	0
Итого			**190**	**5,9**	**13,4**	**23,1**	**236**	**0,8**
Ужин								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5	9,7	12,2	139	0,8
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	21,7	22,3	19,2	367	0,2
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	1,8	8,9	17,3	155	0,1
2012	391	ЧАЙ	150	0,1		0,2	1	0
Итого			**513**	**25,6**	**41,4**	**69,5**	**756**	**10,9**
Всего				**70,2**	**140,2**	**241,2**	**2515**	**80,3**