



**МЕНЮ**  
24 апреля 2024 г.

Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2012		СЫР "ГОЛЛАНДСКИЙ" ПОРЦИЯМИ	15	3,5	4		56	0,1
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,6	4,8	19,6	145	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,8	14,1	94	0,5
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	38	2,6	0,5	15,8	79	0
<b>Итого</b>			<b>433</b>	<b>14,4</b>	<b>12,1</b>	<b>49,5</b>	<b>374</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		КИВИ	100					0
<b>Итого</b>			<b>100</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
	95	СВЕКОЛЬНИК ПО - ДОМАШНЕМУ	221/10/10	5	8,1	16,7	107	8,2
2012	282	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	69	9,1	16	7,2	214	4,3
2012	315	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,3	1,9	32,8	177	0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	36	0,4		2,5	12	0,5
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		11,8	51	2,5
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ	36	2,6	0,5	15,8	79	0
<b>Итого</b>			<b>692</b>	<b>24,5</b>	<b>26,5</b>	<b>86,8</b>	<b>640</b>	<b>15,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12	12,5
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12	14,4	2,4	186	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,1		9,9	40	0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	33	2,6	1	18	69	0
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>15,3</b>	<b>15,5</b>	<b>32,2</b>	<b>307</b>	<b>12,7</b>
<b>Всего</b>				<b>54,2</b>	<b>54,1</b>	<b>168,5</b>	<b>1321</b>	<b>29,4</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_

Гришанова Н.М.

Старший повар \_\_\_\_\_

Смирнова И.А.

Утверждаю



Заведующая  
МДОУ "Колосок"  
/Зиминова Г.И./

# МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР "ГОЛЛАНДСКИЙ" ПОРЦИЯМИ	10	2,6	2,7	10	38	0,1
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,1	3,6	14,4	107	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,2	2,4	11,7	78	0,4
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	28	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>338</b>	<b>11,2</b>	<b>9,6</b>	<b>51,5</b>	<b>302</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		КИВИ	100					0
<b>Итого</b>			<b>100</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
	95	СВЕКОЛЬНИК ПО - ДОМАШНЕМУ	199/10/10	4,5	7,3	15,3	97	7,3
2012	282	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	52	6,9	12,2	5,5	162	3,3
2012	315	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,7	1,7	30,3	163	0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	28	0,4		2,6	11	0,4
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		10,1	43	2,1
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ	27	2	0,4	11,9	59	0
<b>Итого</b>			<b>596</b>	<b>20,6</b>	<b>21,6</b>	<b>75,7</b>	<b>535</b>	<b>13,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	40	0,4	0,1	1,4	10	40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10	12	2	155	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,1		8,2	34	0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	28	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>12,8</b>	<b>13</b>	<b>27</b>	<b>278</b>	<b>40,2</b>
<b>Всего</b>				<b>44,6</b>	<b>44,2</b>	<b>154,2</b>	<b>1115</b>	<b>54,2</b>

Старшая медсестра \_\_\_\_\_ Гришанова Н.М.

Старший повар \_\_\_\_\_ Смирнова И.А.