

Утверждаю

заведующий

МДОУ №22 "Малыш"

/Найденова Елена Валентиновна/

МЕНЮ

4 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	2,7	20,5	121	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	150	2,3	2,4	15,3	94	0,4
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			335	8,2	10,1	51,2	331	0,8
Обед								
2008	75	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	6,2	7,2	6	118	4,6
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	13,6	15	17,2	258	8,7
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	150	0,1		13,2	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			530	23,4	22,6	58,1	535	14,8
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		11,7	47	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	31	2,2	5,6	20,5	143	0
Итого			181	2,3	5,6	32,2	190	0
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,7	5,1	15,1	126	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		11,7	47	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			330	7,1	6	42,2	252	0,6
Всего				41	44,3	183,7	1308	16,2

мед. сестра _____

Багорова Ирина Львовна