

Согласовано



МЕНЮ

2 декабря 2024 г.

Сад 10,5 часов

| Сборник рецептур | № 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 | 180 | 4,6 | 7,1 | 26,6 | 190 | 0,6 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,8 | 3,2 | 16 | 109 | 0,6 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 33/5 | 2,5 | 5,1 | 17 | 124 | 0 |
| Итого | | | 418 | 10,9 | 15,4 | 59,6 | 423 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 116 | 0,6 | 0,1 | 11,7 | 50 | 2,3 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 25 | 1,9 | 2,5 | 18,6 | 104 | 0 |
| Итого | | | 141 | 2,5 | 2,6 | 30,3 | 154 | 2,3 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 75 | СВЕКОЛЬНИК | 200 | 5,5 | 7,1 | 10,5 | 131 | 5 |
| 2008 | 250 | СУФЛЕ РЫБНОЕ | 80 | 14,2 | 5 | 9,7 | 142 | 0,6 |
| 2008 | 134 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ | 140 | 3,3 | 3 | 23,8 | 138 | 14,4 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 180 | | | 19,9 | 80 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 38 | 2,5 | 0,3 | 16,1 | 78 | 0 |
| к/к | к/к | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | 50 | 1,6 | 0,1 | 3,3 | 20 | 2 |
| Итого | | | 688 | 27,1 | 15,5 | 83,3 | 589 | 22 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 166 | ПУДИНГ ОВОЩНОЙ | 100 | 3,5 | 6 | 18,4 | 145 | 8,9 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 10 | | | | | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 1,7 | 1,5 | 9,1 | 58 | 0,3 |
| 2008 | | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 | 0 |
| Итого | | | 320 | 7,5 | 8,4 | 42,9 | 282 | 9,2 |
| Всего | | | | 48 | 41,9 | 216,1 | 1448 | 34,7 |

Согласовано

директор
МОУ "Беседская ООШ"
Сафиханова И.В./

МЕНЮ

2 декабря 2024 г.

Ясли 10,5 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,9 | 6,8 | 19,9 | 157 | 0,5 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 170 | 3,1 | 2,7 | 13,9 | 94 | 0,5 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 24/5 | 1,8 | 4,8 | 12,3 | 100 | 0 |
| Итого | | | 349 | 8,8 | 14,3 | 46,1 | 351 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 115 | 0,6 | | 14,6 | 63 | 4,6 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 15 | 1,1 | 1,5 | 11,2 | 63 | 0 |
| Итого | | | 130 | 1,7 | 1,5 | 25,8 | 126 | 4,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 75 | СВЕКОЛЬНИК | 150 | 5,1 | 5,9 | 9,1 | 113 | 4,3 |
| 2008 | 250 | СУФЛЕ РЫБНОЕ | 60 | 12,1 | 4,7 | 6,1 | 116 | 0,5 |
| 2008 | 134 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ | 120 | 3,1 | 2,9 | 21,7 | 129 | 12,9 |
| 2008 | 410 | КИСЕЛЬ | 150 | | | 15,9 | 64 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| к/к | к/к | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | 30 | 0,9 | 0,1 | 2 | 12 | 1,2 |
| Итого | | | 540 | 23,2 | 13,9 | 67,5 | 495 | 18,9 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 166 | ПУДИНГ ОВОЩНОЙ | 90 | 3,1 | 5,9 | 16,9 | 136 | 8,9 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 10 | | | | | 0 |
| 2008 | 430 | НАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,6 | 1,3 | 7,6 | 48 | 0,3 |
| 2008 | | БАТОН | 23 | 1,7 | 0,7 | 11,8 | 60 | 0 |
| Итого | | | 273 | 6,4 | 7,9 | 36,3 | 244 | 9,2 |
| Всего | | | | 40,1 | 37,6 | 175,7 | 1216 | 33,7 |