

Согласовано



директор

"Беседская ООШ"

Сафиханова И.В./

МЕНЮ

18 декабря 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,8	7,2	26,9	197	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,3	16	110	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	23/5/17	2,5	5,1	17	124	0
Итого			425	12,1	15,6	59,9	431	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	102	СУП С ФАСОЛЬЮ	200	10,2	9,1	14,6	184	5,1
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	12,7	2,7	2,1	87	1,3
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	139	3,2	4,6	24,9	154	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
Итого			687	29	16,8	66,6	542	20,1
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	97	6,4	12	54	348	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,5	8,6	97	0,9
2008		ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			377	11,8	16,9	72,4	492	10,9
Всего				55,4	51,9	229,2	1619	34,5

МЕНЮ
18 декабря 2024 г.

Ясли 10,5 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,9	6,9	21,9	171	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,7	13,9	94	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	18/4/10	1,8	4	12,3	93	0
Итого			352	9,8	13,6	48,1	358	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	102	СУП С ФАСОЛЬЮ	150	8,1	7,8	11	149	3,9
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	11,2	2,6	1,7	77	1,1
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	119	3	3,6	23,3	139	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
Итого			539	24,5	14,3	56,2	458	16,9
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	88	5,8	10,9	49,1	317	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,8	7,2	81	0,8
2008		ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			338	10,5	15,1	66,1	445	10,8
Всего				46,5	44,5	196,2	1387	33,3