

Согласовано



директор

МОУ "Беседская ООШ"

Сафиханова И.В./

МЕНЮ

3 марта 2025 г.

Ясли 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,3	6,8	18,6	154	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,7	2,3	14,4	90	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	24/4/10	4,2	7	12,3	130	0,1
Итого			358	11,2	16,1	45,3	374	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5		12,7	55	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63	0
Итого			115	1,6	1,5	23,9	118	4
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	7,3	7,8	13,3	154	3,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	18,8	16,5	5,6	252	15,9
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	29	24,7	49,5	543	20,2
Полдник								
2008	299	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ	90	2,5	2,6	17,3	103	8,1
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ 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	5,8	4,6	36,7	211	8,4
Всего				47,6	46,9	155,4	1246	33,7



директор

МОУ "Беседская ООШ"

Сафиханова И.В./

МЕНЮ

3 марта 2025 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5	7,2	23,4	179	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,5	16,1	100	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	33/5/17	6,5	10,3	17	188	0,1
Итого			435	14,6	20	56,5	467	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			125	2,4	2,6	28,7	147	2
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	8,8	10,1	16,4	192	4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	220	19,7	17,3	5,7	264	16,3
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	32,6	27,8	61,4	634	22,3
Полдник								
2008	299	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ	100	2,7	3,4	18,9	118	8,9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,7	1,3	8,8	53	0,3
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			320	6,7	5,6	43,1	250	9,2
Всего				56,3	56	189,7	1498	34,7