Согласовано

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

МЕНЮ

3 апреля 2024 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	6,8	19,4	157	0,5
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	1,6	1,3	11,6	64	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	1,8	4,8	12,3	100	0
Итого			**349**	**7,7**	**12,9**	**43,3**	**321**	**0,8**
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**	**10**
Обед								
2008	89	РАССОЛЬНИК	150	5	5,9	10,3	116	3,3
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	18,4	16,8	17,9	300	8,7
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	3	1,5	18	98	0,8
Итого			**540**	**28,4**	**24,5**	**74,8**	**639**	**12,8**
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ПО-КАРПАТСКИ	90	2,2	3,3	15,4	100	5,3
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,8	1,5	8,3	55	0,3
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	10					0
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
Итого			**273**	**5,7**	**5,5**	**35,5**	**215**	**5,6**
Всего				**42,2**	**43,3**	**163,4**	**1222**	**29,2**

Согласовано

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

МЕНЮ

3 апреля 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	7,1	24,4	183	0,6
2008	433	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,5	3	16	106	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/5	2,5	5,1	17	124	0
Итого			**418**	**11,1**	**15,2**	**57,4**	**413**	**1,2**
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	10,4	50	10,6
Итого			**100**	**0,4**	**0,4**	**10,4**	**50**	**10,6**
Обед								
2008	89	РАССОЛЬНИК	200	5,6	6,2	12,8	133	3,8
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	220	19,2	18,1	23	335	11,1
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	5	2,5	30	163	1,4
Итого			**688**	**32,3**	**27,1**	**101,8**	**789**	**16,3**
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ПО-КАРПАТСКИ	100	2,7	4,2	20,7	131	6,1
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,8	1,5	9,3	59	0,3
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	10					0
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			**320**	**6,8**	**6,6**	**45,4**	**269**	**6,4**
Всего				**50,6**	**49,3**	**215**	**1521**	**34,5**