

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

/Сафиханова И.В./

МЕНЮ

8 апреля 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	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	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	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	7,3	7,8	13,3	154	3,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	18,7	16,5	5,4	251	15,7
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	0,9	0,1	2	12	1,2
Итого			540	28,9	24,7	49,3	542	20
Полдник								
2008	156	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПОВИДЛОМ	90/5	1,5	5,3	14,8	116	1,4
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			278	4,8	7,3	34,2	224	1,7
Всего				46,6	49,6	154,6	1266	27,4

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

/Сафиханова И.В./

МЕНЮ

8 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	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	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	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	6,8	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	156	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПОВИДЛОМ	100	1,7	6,2	19,9	147	1,4
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,7	1,3	8,8	63	0,3
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			320	5,7	8,4	44,1	279	1,7
Всего				55,4	58,8	192,3	1534	27,5