

Согласовано



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

МЕНЮ

10 июня 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	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		ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53	0
Итого			130	1	0,5	26,2	116	4,6
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	7,3	7,8	13,1	153	3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	18,7	16,5	7,1	256	21,7
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	50,8	546	25,9
Полдник								
2008	299	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ	90	2,5	2,6	17,3	103	8,1
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,8	7,2	81	0,8
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
Итого			273	8,5	7,1	36,3	244	8,9
Всего				49,6	48,4	158,6	1280	40,5

Согласовано



директор

МСУ "Беседская ООШ"
Сафиханова И.В./**МЕНЮ**

10 июня 2024 г.

Сад 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	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		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,3	89	0
Итого			141	1,3	0,9	31	139	2,3
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	7,4	269	22,3
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	63,1	639	28,3
Полдник								
2008	299	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ	100	2,3	3,4	15,7	103	7,3
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,5	8,6	97	0,9
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			320	9,6	8,8	39,7	279	8,2
Всего				58,1	57,5	190,3	1524	40