

Согласовано

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

МЕНЮ

11 ноября 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 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 10 | | | | | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,8 | 1,5 | 8,3 | 55 | 0,3 |
| 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**

11 ноября 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 | 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 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 10 | | | | | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 1,8 | 1,5 | 9,3 | 59 | 0,3 |
| 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 |