

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

/Сафиханова И.В./

МЕНЮ

19 апреля 2024 г.

Ясли 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	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130/10	19,1	17,1	16,7	303	0,2
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,7	2,3	14,4	90	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	1,8	4,8	12,3	100	0
Итого			339	23,6	24,2	43,4	493	0,7
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	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	150	6,7	7,7	9,8	136	3,1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	12,1	4,7	6,1	116	0,5
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ	120	2,9	3,9	16,1	113	12,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		0,3	12,7	61	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
Итого			540	22,0	16,6	52,2	458	17,5
Полдник								
2008	467	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	6,7	7,3	47,7	285	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,8	7,2	81	0,8
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100		0,4	9,8	47	10
Итого			350	11,0	11,5	64,7	413	11
Всего			500	50,0	52,7	170,1	1411	39,2

Согласовано



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

МЕНЮ

19 апреля 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	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150/12	23	19,2	22,3	364	0,3
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,5	16,1	100	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/5	2,5	5,1	17	124	0
Итого			400	28,6	26,8	55,4	588	0,8
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	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	9	10	18,6	202	4
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	14,2	5	9,7	142	0,6
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	3,4	4,9	19,1	135	14,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
Итого			688	29,1	20,3	72,4	596	21,3
Полдник								
2008	467	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	110	7,9	10,3	57,7	356	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,5	8,6	97	0,9
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			390	13,3	15,2	76,1	500	11,1
Всего				71,8	62,7	214,3	1734	43,8