

Согласовано

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

## МЕНЮ

20 июня 2024 г.

### Ясли 10,5 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,9	6,9	21,9	171	0,5
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	1,6	1,3	11,6	64	0,3
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	24/4/10	4,2	7	12,3	130	0,1
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>10,7</b>	<b>15,2</b>	<b>45,8</b>	<b>365</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,6		14,6	63	4,6
2008		ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53	0
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>26,2</b>	<b>116</b>	<b>4,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ	150	8,1	7,8	11	149	3,9
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	11,3	2,4	1,7	75	1,2
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	120	2,8	3,3	23,3	136	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,8	4	3
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>24,4</b>	<b>13,8</b>	<b>56,5</b>	<b>453</b>	<b>18,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	10,5	6	38,9	253	0,1
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
<b>Итого</b>			<b>283</b>	<b>16,5</b>	<b>10,5</b>	<b>57,9</b>	<b>394</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>52,6</b>	<b>40</b>	<b>186,4</b>	<b>1328</b>	<b>24,9</b>

Согласовано



директор

МОУ "Беседская ООШ"

И. В. Сафиханова

**МЕНЮ**

20 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,8	7,2	26,9	197	0,6
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,3	2	14	84	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	33/5/17	6,5	10,3	17	188	0,1
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>14,6</b>	<b>19,5</b>	<b>57,9</b>	<b>469</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>141</b>	<b>1,3</b>	<b>0,9</b>	<b>31</b>	<b>139</b>	<b>2,3</b>
<b>Обед</b>								
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ	200	10,2	9,1	14,6	184	5,1
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	12,9	2,5	2,6	86	1,7
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	140	3	4,3	24,9	151	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7	5
<b>Итого</b>			<b>688</b>	<b>29</b>	<b>16,3</b>	<b>67,5</b>	<b>538</b>	<b>23</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	16,6	11,2	47,6	361	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,5	8,6	97	0,9
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>23,9</b>	<b>16,6</b>	<b>71,6</b>	<b>537</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>68,8</b>	<b>53,3</b>	<b>228</b>	<b>1683</b>	<b>27,4</b>