

Согласовано



директор

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

21 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,4	7	18,9	157	0,5
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			349	8,9	14,1	45,6	347	1
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	3	3,9	16,8	117	12,5
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
Итого			540	24	16,6	53,2	462	19,1
Полдник								
2008	467	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	7	8,5	48,2	299	0,2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,6	1,3	7,6	48	0,3
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			350	9	10,2	65,6	394	10,5
Всего				42,3	41,3	174,2	1250	40,6

Согласовано



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

МЕНЮ

21 июня 2024 г.

Сад 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		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,6	7,5	26,4	196	0,6
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			418	11,2	15,1	59,5	420	1,1
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	19,4	137	14,1
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
Итого			688	29,5	20,3	73,1	598	23,7
Полдник								
2008	467	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	110	8,2	10,6	58,2	361	0,3
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,7	1,5	9,1	58	0,3
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			390	10,3	12,5	77,1	466	10,6
Всего				51,4	48,3	220,1	1534	46