

# МЕНЮ

25 декабря 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	328	КАША "АРТЕКОВСКАЯ"	146	4,5	4,6	21,7	146	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,3	16	110	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	28/5/16	4,4	7,6	17	155	0,1
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>12,7</b>	<b>15,5</b>	<b>54,7</b>	<b>411</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	116	0,6	0,1	11,7	50	2,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
<b>Итого</b>			<b>141</b>	<b>2,5</b>	<b>2,6</b>	<b>30,3</b>	<b>154</b>	<b>2,3</b>
<b>Обед</b>								
2008		СУП РЫБНЫЙ	200	10,7	3,8	12,9	131	3,9
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	13,2	13,5	3,2	190	0,8
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	140	5,6	6	36,9	225	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	2	3,9	37	2
<b>Итого</b>			<b>688</b>	<b>32,7</b>	<b>25,6</b>	<b>81</b>	<b>693</b>	<b>7,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	1,8	5,8	2,4	69	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10	0,1		6,2	25	0,1
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>4,2</b>	<b>6,7</b>	<b>24</b>	<b>173</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>52,1</b>	<b>50,4</b>	<b>190</b>	<b>1431</b>	<b>11,3</b>

Согласовано

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

# МЕНЮ

25 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
			147	4	6,9	17,6	149	0,5
2008	328	КАША "АРТЕКОВСКАЯ"						
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,7	13,9	94	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	21/4/10	3	5,6	12,3	112	0
<b>Итого</b>			<b>352</b>	<b>10,1</b>	<b>15,2</b>	<b>43,8</b>	<b>355</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,6		14,6	63	4,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63	0
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>1,7</b>	<b>1,5</b>	<b>25,8</b>	<b>126</b>	<b>4,6</b>
<b>Обед</b>								
2008		СУП РЫБНЫЙ	150	8,8	2,6	8,8	95	3
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	11,4	11,9	2,3	164	0,8
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	120	4,1	5	26,1	166	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,5	1	2,6	22	1,4
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>26,8</b>	<b>20,8</b>	<b>59,5</b>	<b>536</b>	<b>5,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	1,8	4,2	2,4	54	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/10	0,1		5,2	21	0
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
<b>Итого</b>			<b>283</b>	<b>3,6</b>	<b>4,9</b>	<b>19,4</b>	<b>135</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>42,2</b>	<b>42,4</b>	<b>148,5</b>	<b>1152</b>	<b>11,7</b>