

Утверждаю

заведующая

д/с "Калейдоскоп"

_____ /Цветкова Татьяна Вячеславовна/

МЕНЮ

20 марта 2024 г.

Сад 10 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|------------------|---------------|------------------------------|------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,30 | 2,95 | 0,00 | 36,41 | 0,11 |
| 2010 | 43 | * ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | 10,83 | 14,17 | 2,35 | 180,56 | 0,20 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,01 | 0,00 | 10,96 | 43,86 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 320 | 13,14 | 17,12 | 13,31 | 260,83 | 0,31 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 230 | 5,61 | 2,36 | 11,77 | 91,26 | 5,74 |
| 2010 | 71 | * КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 75 | 10,61 | 15,76 | 0,00 | 184,26 | 0,00 |
| 2010 | 82 | * КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 125 | 2,94 | 4,01 | 12,09 | 97,86 | 27,28 |
| 2010 | 91 | *КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 11,37 | 45,43 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 56 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 636 | 19,16 | 22,13 | 35,23 | 418,81 | 33,02 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 45 | * СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 125/20 | 24,05 | 15,24 | 35,39 | 379,57 | 0,31 |
| 2008 | 429 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 150 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 295 | 24,05 | 15,24 | 35,39 | 379,57 | 0,31 |
| Всего | | | | 56,35 | 54,49 | 83,93 | 1 059,21 | 33,64 |

старшая медсестра _____ Иванова Наталия Николаевна

Утверждаю

заведующая

д/с "Калейдоскоп"

_____ /Цветкова Татьяна Вячеславовна/

МЕНЮ

20 марта 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|------------------|---------------|------------------------------|------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,31 | 2,97 | 0,00 | 36,56 | 0,11 |
| 2010 | 43 | * ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | 10,72 | 13,78 | 2,35 | 176,65 | 0,20 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,01 | 0,00 | 10,90 | 43,62 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 320 | 13,04 | 16,75 | 13,25 | 256,83 | 0,31 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 230 | 5,58 | 2,39 | 11,77 | 91,46 | 5,74 |
| 2010 | 71 | * КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 75 | 10,58 | 15,88 | 0,00 | 185,17 | 0,00 |
| 2010 | 82 | * КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 125 | 2,95 | 3,93 | 12,32 | 98,19 | 27,30 |
| 2010 | 91 | *КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 11,35 | 45,36 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 56 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 636 | 19,11 | 22,20 | 35,44 | 420,18 | 33,04 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 45 | * СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 125/20 | 24,10 | 15,24 | 35,52 | 380,14 | 0,32 |
| 2008 | 429 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 150 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 295 | 24,10 | 15,24 | 35,52 | 380,14 | 0,32 |
| Всего | | | | 56,25 | 54,19 | 84,21 | 1 057,15 | 33,67 |

старшая медсестра _____ Иванова Наталия Николаевна

Утверждаю

заведующая

д/с "Калейдоскоп"

_____ /Цветкова Татьяна Вячеславовна/

МЕНЮ

20 марта 2024 г.

Если 10 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|------------------|---------------|------------------------------|------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,31 | 2,97 | 0,00 | 36,56 | 0,11 |
| 2010 | 43 | * ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | 10,81 | 14,17 | 2,35 | 180,41 | 0,20 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,01 | 0,00 | 10,62 | 42,51 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 320 | 13,13 | 17,14 | 12,97 | 259,48 | 0,31 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | 4,82 | 2,13 | 10,24 | 79,91 | 5,00 |
| 2010 | 71 | * КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 75 | 10,63 | 15,69 | 0,00 | 183,65 | 0,00 |
| 2010 | 82 | * КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 125 | 2,96 | 3,99 | 12,53 | 99,58 | 27,32 |
| 2010 | 91 | *КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 11,52 | 46,08 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 56 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 606 | 18,41 | 21,81 | 34,29 | 409,22 | 32,32 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 45 | * СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 125/20 | 24,15 | 15,18 | 35,53 | 379,91 | 0,32 |
| 2008 | 429 | ЧАЙ-ЗАВАРКА | 150 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 295 | 24,15 | 15,18 | 35,53 | 379,91 | 0,32 |
| Всего | | | | 55,69 | 54,13 | 82,79 | 1 048,61 | 32,95 |

старшая медсестра _____ Иванова Наталия Николаевна