

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад №62 Солнышко" г. Нурлат РТ
Заведующий
Мугинова Н.Н./



МЕНЮ

2 марта 2023 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								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	8,6	11,1	29,7	254	0,9
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,7	1,5	14,5	79	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2		38	0
Итого			415	14,1	17,1	69,3	489	1,2
II Завтрак								
2008	442	ФРУКТ	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНАЯ	60	1,2	3,6	6,6	63	3,1
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МКБ	250	8,3	10,7	11,9	178	2,6
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,7	41,9	245	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,5	8,5	0,5	115	0,2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			9,7	39	2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,3	0,3	14,9	72	0
Итого			765	27,8	28,8	85,5	712	7,9
Полдник								
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,6	2,9	18	113	0,6
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	15,4	10,3	52	363	0,5
Итого			255	19	13,2	70	476	1,1
Ужин								
2012	90	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	5,9	6,9	22,1	174	0,9
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,6	39	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			360	8,3	7,1	46,8	284	0,9
Всего				69,6	66,6	280,2	2002	19,9

Медицинская сестра Таймуллина И.А.

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад №6 "Солнышко" г. Нурлат РТ"

Заведующий

Мугинова Н.Н./

МЕНЮ

2 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	7,3	9,6	25,4	217	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,6	1,3	10,3	58	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,4		40	0
Итого			345	12	15,5	55,8	410	1,1
II Завтрак								
2008	442	ФРУКТ	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНАЯ	40	0,8	2,7	4,4	44	2,1
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МКБ	180	6,1	7,5	8,5	126	1,9
2008	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5	35,1	207	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,4	9,3	0,5	123	0,2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			11,6	47	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,3	0,3	15	72	0
Итого			615	24	24,8	75,1	619	5,8
Полдник								
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,9	2,4	15,1	94	0,5
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	15,6	11	52,3	371	0,5
Итого			225	18,5	13,4	67,4	465	1
Ужин								
2012	90	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	5,9	6,9	22,2	175	0,9
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,3	30	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,7	84	0
Итого			335	8,7	7,1	47,2	289	0,9
Всего				63,6	61,2	254,1	1824	17,6

Медицинская сестра

И.А. Таймуллина

Таймуллина И.А.