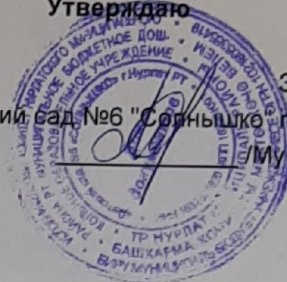


Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №6 "Солнышко" г. Нурлат РТ"
Мугинава Н.Н./



МЕНЮ

6 марта 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	5,6	6,1	27,4	187	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,6	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			415	9,5	10,5	62,1	381	0
II Завтрак								
2008	442	ФРУКТ	100	0,6	0,1	5,4	29	40,2
Итого			100	0,6	0,1	5,4	29	40,2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,7	3	3,6	48	2,3
2012	80	СУП ШАХТЕРСКИЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	250	17,8	13,4	50,1	395	16,6
		КАША ГОРОХОВАЯ С МАСЛОМ	100	9	8,7	18,7	189	0
2008	259	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ	150	39,3	46,9	7,9	611	3,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			9,7	39	2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			790	71,1	72,4	111,2	1384	24,2
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			26	104	0
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого			200	0,6	0,7	41,5	175	0
Ужин								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	22	3,1	32	246	7,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,6	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
того			395	24,8	3,3	59,2	368	7,7
сего				106,6	87	279,4	2337	72,1

Медицинская сестра

И.А. Таймуллина

Таймуллина И.А.

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №6 "Солнышко" г.Нурлат РТ"
Мугинава Н.Н./



МЕНЮ

6 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	5,6	6,1	27,4	188	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,9	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			375	8,8	10,4	54,4	348	0
II Завтрак								
2008	442	ФРУКТ	100	0,6	0,1	5,4	29	40,2
Итого			100	0,6	0,1	5,4	29	40,2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	1,9	2,4	31	1,5
2012	80	СУП ШАХТЕРСКИЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	180	12,8	9,8	36,1	284	12
		КАША ГОРОХОВАЯ С МАСЛОМ	100	9	8,7	18,7	189	0
2008	259	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ	100	26,2	31,1	5,2	406	2,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			11,5	46	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			605	51,5	51,8	88,7	1027	17,2
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	160			22,8	91	0
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого			180	0,6	0,7	38,3	162	0
Ужин								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	18,5	2,8	26,7	206	6,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,9	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			335	21,3	3	51,2	317	6,5
Всего				82,8	66	238	1883	63,9

Медицинская сестра

Таймуллина И.А.