

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

Муранова Е.В. /Муранова Е.В./

МЕНЮ

сегодня 1 день

(Д) сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак 1								
2010	32	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	2,8	3,8	20,7	130	0
2010	33	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,6	3,7	22,8	133	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		6,2	28	0
Итого			580	4,5	7,5	49,7	291	0
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		13	58	0
Итого			180	0,1		13	58	0
Обед								
2004	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,1	2,7	15,6	95	5,3
2004	485	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (ЛЕНИВЫЕ, СВИНИНА)	195	21	11,1	13,7	244	20,8
Итого			395	23,1	13,8	29,3	339	26,1
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	40	14	12	0,4	166	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	40	16,7	5,5	0,6	121	0,3
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,7	7,6	21,1	163	10,6
Итого			230	33,4	25,1	22,1	450	11
Всего				61,1	46,4	114,1	1138	37,1

Бухгалтер *Му* Попова М.А.

Медицинская сестра *Вал* Васичева Т.В.

Повар *Ис*

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

Муранова Е.В.
Муранова Е.В.

МЕНЮ
сегодня 3 день
(Д) ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак I								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,9	2,9	16,4	100	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		6,2	27	0
Итого			380	2	2,9	22,6	127	0
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		14,8	65	0
Итого			180	0,1		14,8	65	0
Обед								
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	1,5	10	11,3	140	5,5
Итого			150	1,5	10	11,3	140	5,5
Уплотнённый полдник								
1994г.	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	16,2	14,8	17,9	271	8,7
Итого			160	16,2	14,8	17,9	271	8,7
Всего				19,8	27,7	66,6	603	14,2

Бухгалтер *М* Попова М.А.

Медицинская сестра *Ваз* Васичева Т.В.

Повар *Людмила Жеметова*

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

Муранова Е.В. /Муранова Е.В./

МЕНЮ

сегодня 4 день

(Д) ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак I								
2010	34	КАША "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	2,4	3,7	15,5	107	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		6,3	28	0
Итого			380	2,5	3,7	21,8	135	0
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		13	58	0
Итого			180	0,1		13	58	0
Обед								
2010	55	ГУЛЯШ (ГОВЯДИНА)	80	15,2	11,1	3	177	0,3
Итого			80	15,2	11,1	3	177	0,3
Уплотнённый полдник								
2004	451	ШНИЦЕЛЬ (ИЗ СВИНИНЫ)	90	18,4	10,9	12,2	222	0
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,7	7,6	21,1	163	10,6
Итого			240	21,1	18,5	33,3	385	10,6
Всего				38,9	33,3	71,1	755	10,9

Бухгалтер Му Попова М.А.

Медицинская сестра Вас Васичева Т.В.

Повар Муранова Е.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

Муранова /Муранова Е.В./

МЕНЮ

сегодня 5 день

(Д) ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак 1								
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,2	3,2	23,6	134	0
2010	33	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,6	3,7	22,8	133	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,6	25	0
Итого			580	3,9	6,9	52	292	0
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		13	58	0
Итого			180	0,1		13	58	0
Обед								
2004	123	ЩИ	150	1,3	3,2	5	56	8,5
2004	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНОЙ СВИНИНОЙ	170	18,3	13,1	22,4	281	10,6
	556	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	40	0,5		2,8	14	2
Итого			360	20,1	16,3	30,2	351	21,1
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	40	13,6	11,6	0,2	160	0
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	40	16,7	5,5	0,6	121	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,7	4,1	30	176	0
Итого			200	35	21,2	30,8	457	0,3
Всего				59,1	44,4	126	1158	21,4

Бухгалтер *Му* Попова М.А.

Медицинская сестра *Вас* Васичева Т.В.

Повар *Чай* *Климова Т.А.*

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

Муранова Е.В. /Муранова Е.В./

МЕНЮ
сегодня 6 день
(Д) ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак 1								
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	2	3,8	22,1	133	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,6	25	0
Итого			380	2,1	3,8	27,7	158	0
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		13	58	0
Итого			180	0,1		13	58	0
Обед								
2004	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	1,2	3,3	6,5	61	6,1
2010	55	ГУЛЯШ (СВИНИНА)	90	18	10	3,1	177	0,3
Итого			240	19,2	13,3	9,6	238	6,4
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	30	11,3	5,7	0,2	101	0
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	30	11,5	3,8	0,6	83	0,3
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,3	5,7	18	133	9,1
Итого			190	25,1	15,2	18,8	317	9,4
Всего				46,5	32,3	69,1	771	15,8

Бухгалтер *Су* Попова М.А.

Медицинская сестра *Васичева* Васичева Т.В.

Повар *Муранова Е.В.* М.А.

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад № 97"
Муранова Е.В. /Муранова Е.В./

МЕНЮ
сегодня 6 день
(Д) сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак 1								
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,2	3	22,5	128	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		6	27	0
Итого			380	2,3	3	28,5	155	0
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		13	58	0
Итого			180	0,1		13	58	0
Обед								
2004	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,5	4	8,4	76	7,6
2010	55	ГУЛЯШ (СВИНИНА)	90	17,4	10,1	2,2	172	0,3
Итого			290	18,9	14,1	10,6	248	7,9
Уплотнённый полдник								
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(ГОВЯДИНА)	40	14,9	7,6	0,2	133	0,1
2004	411	МЯСО ОТВАРНОЕ(СВИНИНА)	40	15,8	5,2	0,6	114	0,3
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,6	6,5	20,9	153	10,5
Итого			230	33,3	19,3	21,7	400	10,9
Всего				54,6	36,4	73,8	861	18,8

Бухгалтер *Л.А.* Попова М.А.

Медицинская сестра *В.В.* Васичева Т.В.

Повар *И.И.* *И.И.*

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 97"

Муранова Е.В. /Муранова Е.В./

МЕНЮ
сегодня 7 день
(Д) сад

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак 1								
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	1,9	3	16,6	102	0
2010	32	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	2,8	4,3	21	136	0
2010	96	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0,1		5,9	26	0
Итого			580	4,8	7,3	43,5	264	0
Завтрак 2								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		12,2	54	0
Итого			180	0,1		12,2	54	0
Обед								
2004	133	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,8	5,2	14	110	6,9
2004	461	ТЕФТЕЛИ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	60	9,1	7	8,4	136	0,8
2004	461	ТЕФТЕЛИ (ИЗ СВИНИНЫ)	100	19,9	9,8	13,6	225	1,2
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,7	6,9	21,1	158	10,6
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,5	7,6	35,6	224	0
Итого			660	37	36,5	92,7	853	19,5
Уплотнённый полдник								
2010	55	ГУЛЯШ (ГОВЯДИНА)	50	8,5	7,7	2,7	117	0,2
2010	55	ГУЛЯШ (СВИНИНА)	60	12,5	6,3	1,9	116	0,2
2004	518	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,7	7,6	21,1	163	10,6
Итого			260	23,7	21,6	25,7	396	11
Всего				65,6	65,4	174,1	1567	30,5

Бухгалтер *Лу* Попова М.А.

Медицинская сестра *Вас* Васичева Т.В.

Повар *Чел / Черошарова*

