



Меню на 15.01.2021 года

ДЕТСКИЙ САД №71 (1-3 ГОДА)

№ тех.кар.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., кк
ЗАВТРАК						
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ЯСЛИ	150	4,13	4,89	16,91	128,9
2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	30\5	2,52	12,33	15,49	182,5
514	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	150	2,24	1,87	9,36	63,2
2-ОЙ ЗАВТРАК						
1	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	100			11,50	46,0
ОБЕД						
138	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ ЯСЛИ	150	1,51	4,06	9,19	79,7
	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ И СОУСОМ Я	150	20,43	12,61	22,08	283,2
527	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ЯСЛИ	150	0,42	0,02	19,79	81,0
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	1,88	0,28	19,92	89,2
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 45	45	0,52	3,36	4,30	49,2
ПОЛДНИК						
607	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ ЯСЛИ	15				
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	100				
	КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ	180	4,50	4,50	7,20	87,0
УЖИН						
66	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	2,72	15,39	16,14	213,6
504	ЧАЙ С ЛИМОНОМ ЯСЛИ	150	0,05	0,01	8,97	36,3
114	ХЛЕБ ПОРЦИОН.	30	2,31	0,72	16,02	79,0
Итого по меню:			43,23	60,04	176,87	1420,8

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией
Перевалова А.Я.

Калькулятор

/ Бушуева Д.А. /



Меню на 15.01.2021 года

ДЕТСКИЙ САД №71 (3-7 ЛЕТ)

№ тех.кар.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., кк
ЗАВТРАК						
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,59	6,58	29,60	203,7
392	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ)	200	3,00	2,50	12,50	84,0
2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	30\5	2,52	12,33	15,49	182,5
2-ОЙ ЗАВТРАК						
1	СОК ФРУКТОВЫЙ 100	100			11,50	46,0
ОБЕД						
138	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	250	8,19	8,72	15,42	172,3
	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ И СОУСОМ	200	24,60	15,83	29,43	358,8
527	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,55	0,03	24,11	98,7
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	1,88	0,28	19,92	89,2
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,79	5,10	6,55	75,5
ПОЛДНИК						
607	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30				
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	100	0,40	0,40	11,80	52,0
	КЕФИР ПОРЦ.	200	5,00	5,00	8,00	97,0
УЖИН						
66	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	2,72	15,39	16,14	213,6
400	КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	35	4,10	7,28	0,07	82,8
504	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	9,57	38,2
114	ХЛЕБ ПОРЦИОН.	30	2,31	0,72	16,02	79,0
Итого по меню:			62,71	80,17	226,12	1876,3

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией
Перевалова А.Я.

Калькулятор

/ Бушувеева Д.А. /