



ИП Бушуева Д.А.
Меню на 26.04.2021 года

ДЕТСКИЙ САД №71 (1-3 ГОДА)

№ тех.кар.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., кк
------------	--------------------	-------	----------	---------	-----------	------------

ЗАВТРАК

168	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,60	6,14	39,59	244,07
101	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (2-Й ВАРИАНТ)	40	2,29	8,70	21,92	175,14
506	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ) 150	150	1,01	0,85	9,47	49,53

2-ОЙ ЗАВТРАК

1	СОК ФРУКТОВЫЙ 130	130			14,95	59,80
---	-------------------	-----	--	--	-------	-------

ОБЕД

	ЗЕЛЕНЬЙ ГОРОШЕК НА ПОДГАРНИРОВКУ	30	0,93	0,06	1,95	12,06
	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ЯЙЦОМ ОТВАРНЫМ 150	150	5,11	3,57	0,40	51,60
300	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ ЯСЛИ	100	3,28	4,64	20,86	138,27
288	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ ЯСЛИ	50/30	13,16	6,53	2,50	121,40
526	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД ЯСЛИ	150	0,73	0,03	26,49	109,16
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	1,88	0,28	19,92	89,72
114	ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г	20	1,60	0,20	9,94	47,96

ПОЛДНИК

585	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,76	0,95	34,13	164,07
	КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ	180	4,50	4,50	7,20	87,30

УЖИН

	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 120 Г	120	1,71	0,24	11,18	53,69
	ЧАЙ С САХАРОМ ЯСЛИ	180			7,80	31,20
114	ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г	20	1,60	0,20	9,94	47,96

Итого по меню:

50,16 36,89 238,24 1482,93

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

Калькулятор

/ Бушуева Д.А. /



ИП Бушуева Д.А.
Меню на 26.04.2021 года

ДЕТСКИЙ САД №71 (3-7 ЛЕТ)

№ тех.кар.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., кк
ЗАВТРАК						
168	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ЯСЛИ	180	5,61	5,88	26,51	181,41
4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10	30\10	4,93	11,43	15,42	184,27
506	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	1,35	1,13	9,91	55,19
2-ОЙ ЗАВТРАК						
1	СОК ФРУКТОВЫЙ 130	130			14,95	59,80
ОБЕД						
	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК НА ПОДГАРНИРОВКУ	30	0,93	0,06	1,95	12,06
	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ЯЙЦОМ ОТВАРНЫМ	200	9,37	4,78	0,68	80,58
300	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 100	100	4,35	1,34	28,31	142,72
288	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ 50/30	50/30	13,16	6,53	2,50	121,40
526	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД	200	1,10	0,05	37,30	154,05
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	1,88	0,28	19,92	89,72
114	ХЛЕБ ПОРЦИОН.	25	2,00	0,25	12,43	59,95
ПОЛДНИК						
585	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,76	0,95	34,13	164,07
	КЕФИР ПОРЦ.	200	5,00	5,00	8,00	97,00
УЖИН						
82	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 150 Г	150	2,75	0,36	16,14	78,73
503	ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,36	37,44
114	ХЛЕБ ПОРЦИОН.	25	2,00	0,25	12,43	59,95
Итого по меню:			59,19	38,29	249,94	1578,34

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

Калькулятор

/ Бушуева Д.А. /