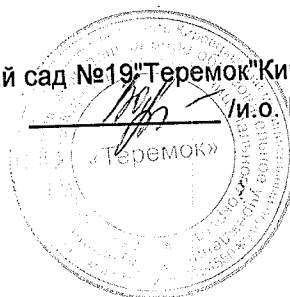


Утверждаю

Заведующий
МАДОУ детский сад №19 "Теремок" Кировградский МО

/и.о. Варламова Т.А./



МЕНЮ

27 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	130	3,03	4,19	16,66	117,11	0,32
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	11,18	45,14	0,02
2008		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	20	1,61	0,12	22,84	98,89	0,04
Итого			300	4,75	4,31	50,68	261,14	0,38
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,32	44,69	9,51
Итого			95	0,38	0,38	9,32	44,69	9,51
Обед								
2011	12\1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	27	0,00	1,29	0,00	11,62	0,00
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	152	0,96	3,33	5,40	55,62	4,50
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	15,77	13,50	0,49	186,83	0,94
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,94	2,60	20,83	118,92	10,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,67	63,67	2,95
Итого			559	24,60	21,34	68,39	565,60	18,62
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	2,81	3,10	4,56	58,20	0,52
Итого			130	2,81	3,10	4,56	58,20	0,52
Ужин								
2011	3/9	РАГУ ИЗ МЯСА КУР	130	10,98	8,31	14,09	176,32	14,85
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	17,42	69,67	0,00
Итого			300	12,51	8,43	41,55	293,35	14,85
Всего				45,05	37,56	174,50	1 222,98	43,88

Михайлова Т.В.

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ детский сад №19 "Теремок" Кировградский МО
И.о. Варламова Т.А./

МЕНЮ

27 марта 2026 г.

Сад 12 часов

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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ	150	7,51	8,06	25,73	207,23	1,11
2008		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	30	1,73	0,14	19,44	85,91	0,03
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	182	0,00	0,00	14,65	58,55	0,00
			362	9,24	8,20	59,82	351,69	1,14
Итого								
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого								
Обед								
2011	121	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	50	0,06	2,48	0,33	24,06	0,10
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,14	3,60	6,43	62,98	5,31
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	17,67	15,14	0,53	209,49	1,05
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,08	4,61	21,30	139,45	10,40
2008		ХЛЕБ	17	1,33	0,11	8,75	41,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,06	0,41	19,56	94,14	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	116	0,58	0,12	11,76	50,06	2,33
			609	26,92	26,47	68,66	621,47	19,19
Итого								
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	5,81	6,41	9,41	120,13	1,07
			150	5,81	6,41	9,41	120,13	1,07
Итого								
Ужин								
2011	3/9	РАГУ ИЗ МЯСА КУР	150	12,56	11,88	15,17	218,92	16,65
2008		ХЛЕБ	14	1,10	0,09	7,21	34,00	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			344	13,66	11,97	22,38	252,92	16,65
Итого								
Всего				56,03	53,45	170,07	1 393,21	48,05

Михайлова Т.В.