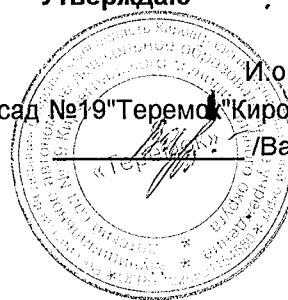


Утверждаю

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



МЕНЮ

12 августа 2026 г.

Ясли 12 часов

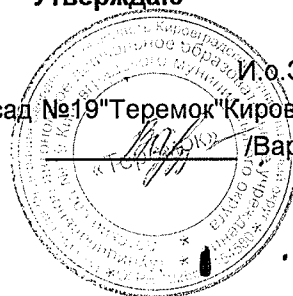
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	89	2,07	5,27	8,42	89,94	0,25
2008		БАТОН С МАСЛОМ	19	2,20	4,27	14,99	107,34	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,41	0,93	19,51	92,47	0,16
Итого			258	5,68	10,47	42,97	289,75	0,41
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	123	2,32	2,07	3,74	46,82	0,58
Итого			123	2,32	2,07	3,74	46,82	0,58
Обед								
2011	11/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	52	0,02	8,32	1,87	82,56	0,20
2008	92	УХА РЫБАЦКАЯ	156	2,68	8,58	7,00	116,04	3,56
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	166	9,15	23,61	10,43	291,16	5,61
2008		ХЛЕБ	27	2,07	0,17	13,62	64,28	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,55	0,34	16,35	78,67	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	157	0,00	0,00	15,21	60,82	0,00
Итого			597	16,47	41,02	64,48	693,53	9,37
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	57	0,23	0,23	5,55	26,60	5,66
Итого			57	0,23	0,23	5,55	26,60	5,66
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	14,30	10,92	23,71	252,32	0,20
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,51	0,21	22,57	104,11	62,86
Итого			270	14,81	11,13	46,28	356,43	63,06
Всего				39,51	64,92	163,02	1 413,13	79,08

Мед.сестра диетическая

Камаева Н.Н.

Утверждаю

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



МЕНЮ

12 августа 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	107	3,83	9,34	11,44	145,85	0,57
2008		БАТОН С МАСЛОМ	29	3,51	8,64	23,81	187,24	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,71	2,98	21,85	125,75	0,50
Итого			316	10,05	20,96	57,10	458,84	1,07
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,30	2,95	5,31	66,58	0,82
Итого			125	3,30	2,95	5,31	66,58	0,82
Обед								
2011	11/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	137	0,37	0,05	4,13	18,96	0,80
2008	92	УХА РЫБАЦКАЯ	161	3,31	0,33	8,27	49,52	4,21
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	176	11,05	8,47	12,35	170,15	6,66
2008		ХЛЕБ	48	3,67	0,30	24,11	113,78	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,20	0,29	14,10	67,84	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,47	69,83	0,00
Итого			735	20,60	9,44	80,43	490,08	11,67
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	56	0,22	0,22	5,44	26,09	5,55
Итого			56	0,22	0,22	5,44	26,09	5,55
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	147	14,12	15,67	26,60	305,83	0,20
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	25,92	119,53	72,17
Итого			327	14,71	15,91	52,52	425,36	72,37
Всего				48,88	49,48	200,80	1 466,95	91,48

Мед.сестра диетическая

Камаева Н.Н.