

Утверждаю

Заведующий  
МАДОУ детский сад №19 "Теремок"  
/Ермакова Н.Н./  
«Теремок»

# МЕНЮ

27 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                   | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ                  | 150   | 5,72              | 6,47    | 25,55            | 184,48                                   | 0,78                  |
| 2008                          |                     | БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ               | 25    | 7,16              | 9,67    | 25,09            | 217,15                                   | 0,04                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                        | 150   | 0,38              | 0,31    | 10,34            | 45,72                                    | 0,07                  |
| Итого                         |                     |                                      | 325   | 13,26             | 16,45   | 60,98            | 447,35                                   | 0,89                  |
| II Завтрак                    |                     |                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                               | 100   | 0,40              | 0,40    | 9,83             | 47,16                                    | 10,04                 |
| Итого                         |                     |                                      | 100   | 0,40              | 0,40    | 9,83             | 47,16                                    | 10,04                 |
| Обед                          |                     |                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2011                          | 1211                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ            | 44    | 0,55              | 2,00    | 6,41             | 46,35                                    | 0,67                  |
| 2008                          | 84                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ | 152   | 1,13              | 3,05    | 5,70             | 55,18                                    | 7,56                  |
| 2008                          | 307                 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ                       | 60    | 15,72             | 13,50   | 0,21             | 185,44                                   | 0,80                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                    | 130   | 3,49              | 4,40    | 24,63            | 152,55                                   | 12,08                 |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ          | 150   | 0,00              | 0,00    | 17,42            | 69,67                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 30    | 1,99              | 0,26    | 12,72            | 61,19                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ                                 | 25    | 1,91              | 0,16    | 12,55            | 59,21                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 591   | 24,79             | 23,37   | 79,64            | 629,59                                   | 21,11                 |
| Полдник                       |                     |                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                     | 130   | 3,66              | 4,04    | 5,93             | 75,66                                    | 0,68                  |
| Итого                         |                     |                                      | 130   | 3,66              | 4,04    | 5,93             | 75,66                                    | 0,68                  |
| Ужин                          |                     |                                      |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 306                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                      | 150   | 8,46              | 7,32    | 11,35            | 146,38                                   | 18,57                 |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ                                 | 25    | 1,91              | 0,16    | 12,55            | 59,21                                    | 0,00                  |
| 2011                          | 4110                | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА             | 150   | 0,07              | 0,02    | 12,56            | 50,75                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                      | 325   | 10,44             | 7,50    | 36,46            | 256,34                                   | 18,57                 |
| Всего                         |                     |                                      |       | 52,55             | 51,76   | 192,84           | 1 456,10                                 | 51,29                 |

Михайлова Т.В.

Утверждаю

Заведующий  
МАДОУ детский сад №19 "Теремок"  
/Ермакова Н.Н./

# МЕНЮ

27 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ С САХАРОМ | 200   | 6,40              | 7,49    | 32,15            | 222,88                                   | 0,81                  |
| 2008                          |                     | БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ                    | 30    | 6,89              | 10,29   | 23,34            | 214,75                                   | 0,04                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                             | 199   | 0,11              | 0,00    | 10,79            | 43,62                                    | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                           | 429   | 13,40             | 17,78   | 66,28            | 481,25                                   | 0,87                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                    | 100   | 0,40              | 0,40    | 9,79             | 46,97                                    | 9,99                  |
| Итого                         |                     |                                           | 100   | 0,40              | 0,40    | 9,79             | 46,97                                    | 9,99                  |
| Обед                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2011                          | 1211                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ                 | 60    | 0,77              | 2,96    | 8,64             | 65,12                                    | 0,98                  |
| 2008                          | 84                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ      | 200   | 1,48              | 1,08    | 7,32             | 45,48                                    | 9,93                  |
| 2008                          | 307                 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ                            | 70    | 18,33             | 15,75   | 0,28             | 216,54                                   | 0,95                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                         | 150   | 2,98              | 4,66    | 23,64            | 148,64                                   | 11,89                 |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ               | 179   | 0,00              | 0,00    | 15,41            | 61,63                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ                                      | 30    | 2,29              | 0,19    | 15,05            | 71,05                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 35    | 2,32              | 0,31    | 14,84            | 71,39                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 724   | 28,17             | 24,95   | 85,18            | 679,85                                   | 23,75                 |
| Полдник                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                          | 150   | 4,22              | 4,66    | 6,84             | 87,30                                    | 0,78                  |
| Итого                         |                     |                                           | 150   | 4,22              | 4,66    | 6,84             | 87,30                                    | 0,78                  |
| Ужин                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 306                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                           | 180   | 10,20             | 9,00    | 13,92            | 178,79                                   | 22,22                 |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ                                      | 30    | 2,29              | 0,19    | 15,05            | 71,05                                    | 0,00                  |
| 2011                          | 4110                | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА                  | 200   | 0,08              | 0,02    | 13,90            | 56,18                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 410   | 12,57             | 9,21    | 42,87            | 306,02                                   | 22,22                 |
| Всего                         |                     |                                           |       | 58,76             | 57,00   | 210,96           | 1 601,39                                 | 57,61                 |

Михайлова Т.В.