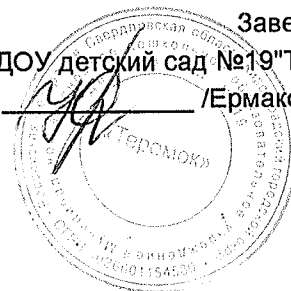


Утверждаю

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



МЕНЮ

3 декабря 2024 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	190	КАША "ДРУЖБА"	105	4,20	4,62	22,99	150,82	0,36
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	20	1,56	4,13	10,08	83,64	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	149	1,86	1,77	16,83	91,25	0,24
Итого			274	7,62	10,52	49,90	325,71	0,60
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	2,81	3,10	4,56	58,20	0,52
Итого			100	2,81	3,10	4,56	58,20	0,52
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	46	0,66	5,09	3,48	62,52	3,03
2011	15/2	СУП ОВОЩНОЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ГРЕНКАМИ	150/30	7,52	6,30	25,96	190,80	7,04
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	63	0,30	3,67	1,69	41,20	0,66
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	131	2,50	13,76	19,70	212,84	9,85
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	152	0,34	0,00	11,61	47,75	0,07
Итого			622	14,84	29,20	85,20	663,66	20,65
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Ужин								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	11,45	14,83	13,91	236,32	22,34
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	21,55	99,37	60,00
Итого			320	13,47	15,15	45,50	383,05	82,34
Всего				39,14	58,37	194,97	1 477,68	114,12

Михайлова Т.В.

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ детский сад №19 "Теремок"

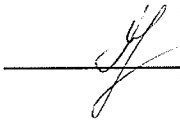
/Ермакова Н.Н./

МЕНЮ

3 декабря 2024 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	190	КАША "ДРУЖБА"	201	4,95	4,68	26,61	168,91	0,42
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	30	2,32	5,78	15,11	121,69	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,34	2,12	22,03	117,61	0,26
Итого			431	9,61	12,58	63,75	408,21	0,68
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	120	3,38	3,72	5,47	69,84	0,62
Итого			120	3,38	3,72	5,47	69,84	0,62
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,85	6,14	4,55	77,17	3,89
2011	15/2	СУП ОВОЩНОЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ГРЕНКАМИ	200/30	6,99	7,22	13,82	148,53	7,11
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	7,60	4,11	1,89	75,23	0,83
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	2,82	9,51	22,59	187,54	11,34
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	15,94	64,48	0,04
2008		ХЛЕБ	22	1,71	0,14	11,27	53,17	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,85	0,25	11,84	56,96	0,00
Итого			760	22,01	27,37	81,90	663,08	23,21
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Ужин								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	14,53	19,64	15,36	298,05	24,91
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0,27	28,73	132,51	80,00
2008		ХЛЕБ	35	0,83	0,07	5,51	26,01	0,00
Итого			435	16,02	19,98	49,60	456,57	104,91
Итого				51,42	64,05	210,52	1 644,70	139,42


 Михайлова Т.В.