

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг	
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г			
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	102	4,09	4,06	21,35	138,69	0,36
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	20	1,56	4,49	10,08	86,94	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	151	2,89	2,88	13,60	92,90	0,42
Итого			273	8,54	11,43	45,03	318,53	0,78
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								
	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	46	0,65	4,62	3,43	58,21	3,01
	15/2	СУП ОВОЩНОЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ГРЕНКАМИ	151/30	7,56	6,51	26,27	194,23	7,09
	209	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	62	0,30	3,55	1,65	40,05	0,65
	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	131	2,50	14,23	19,70	217,06	9,86
		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	149	0,35	0,00	11,30	46,59	0,07
Итого			619	14,88	29,29	85,11	664,69	20,68
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Ужин								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	11,35	14,55	13,69	232,53	22,19
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	155	0,51	0,21	22,20	102,39	61,82
Итого			325	13,39	14,88	45,93	382,28	84,01
				40,02	59,10	190,43	1 470,71	115,09

Михайлова Т.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Год 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"						
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	200	4,93	4,57	26,35	166,81	0,42
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	30	2,32	5,75	15,11	121,40	0,00
Итого			200	3,60	3,59	17,53	118,06	0,52
			430	10,85	13,91	58,99	406,27	0,94
II Завтрак								
	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	120	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
			120	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
Обед								
	131	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,85	6,21	4,55	77,91	3,88
	132	СУП ОВОЩНОЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ГРЕНКАМИ	200/30	6,99	7,27	13,82	148,92	7,11
	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	1,72	3,62	1,89	47,22	0,76
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	2,82	9,44	22,57	186,82	11,33
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	201	0,19	0,00	16,01	64,76	0,04
2008		ХЛЕБ	35	3,33	0,27	21,88	103,28	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,78	0,37	17,78	85,54	0,00
Итого			788	18,68	27,18	98,50	714,45	23,12
Полдник								
		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Ужин								
	133	ГОЛУБЦЫ ПЕНИВЫЕ	200	13,93	19,62	13,86	288,94	13,46
	141	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0,27	28,73	132,51	80,00
		ХЛЕБ	35	0,84	0,07	5,55	26,16	0,00
			435	15,43	19,96	48,14	447,61	98,46
				49,58	66,11	222,27	1 702,63	133,30

Михайлова Т.В.