

Утверждаю

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

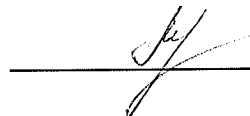


МЕНЮ

24 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	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,98	5,19	26,34	176,71	0,52
2008		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	25	1,89	0,16	18,57	83,19	0,02
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,64	1,16	19,27	94,35	0,20
Итого			325	9,51	6,51	64,18	354,25	0,74
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,65	0,13	13,13	55,90	2,60
Итого			110	0,65	0,13	13,13	55,90	2,60
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	45	2,22	1,10	11,52	65,82	15,45
2011	15/2	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ГРЕНКАМИ	150/30	2,55	1,13	18,02	92,57	4,10
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	60	10,77	10,18	0,69	137,61	0,54
2011	44\3	ОТВАРНАЯ ГРЕЧА С ОВОЩАМИ	130	6,01	5,55	27,21	182,64	0,20
2008		ХЛЕБ	32	2,42	0,20	15,89	74,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,15	0,29	13,78	66,29	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,08	0,08	19,69	80,31	0,82
Итого			632	26,20	18,53	106,80	700,23	21,11
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	94	3,20	2,35	5,18	57,44	0,66
Итого			94	3,20	2,35	5,18	57,44	0,66
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	129	19,08	3,29	31,43	235,29	0,20
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	148	0,36	0,00	11,24	46,31	0,07
Итого			277	19,44	3,29	42,67	281,60	0,27
Всего				59,00	30,81	231,96	1 449,42	25,38

 Михайлова Т.В.

Утверждаю

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



МЕНЮ

24 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	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	7,57	5,45	35,09	220,62	0,62
2008		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	35	2,28	0,18	24,20	107,56	0,03
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,93	1,33	23,10	112,45	0,22
Итого			415	11,78	6,96	82,39	440,63	0,87
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,85	6,03	4,58	76,34	4,76
2011	15/2	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ГРЕНКАМИ	200/30	5,85	3,61	23,56	150,41	7,00
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	70	13,67	12,83	0,87	173,91	0,62
2011	44\3	ОТВАРНАЯ ГРЕЧА С ОВОЩАМИ	150	6,60	8,06	29,89	218,37	0,24
2008		ХЛЕБ	13	1,00	0,08	6,60	31,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,24	0,16	7,93	38,14	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	23,10	94,11	0,90
Итого			722	29,30	30,86	96,53	782,42	13,52
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	72	2,44	1,79	3,94	43,72	0,50
Итого			72	2,44	1,79	3,94	43,72	0,50
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	19,80	5,54	24,97	235,27	0,22
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	179	0,43	0,00	16,30	66,93	0,09
Итого			329	20,23	5,54	41,27	302,20	0,31
Всего				64,50	45,30	239,28	1 633,47	18,20

Михайлова Т.В.