

Утверждаю

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

МЕНЮ 12 марта 2025 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ	200	3,36	3,35	27,42	153,73	0,25
2008		БАТОН С МАСЛОМ	30	2,30	3,38	14,83	99,11	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	202	0,11	0,00	10,98	44,34	0,02
Итого			432	5,77	6,73	53,23	297,18	0,27
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	85	0,24	0,24	5,86	28,12	5,98
Итого			85	0,24	0,24	5,86	28,12	5,98
Обед								
2011	1211	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60	0,71	3,10	8,54	65,62	0,87
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,30	1,24	6,31	42,01	9,52
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	5,94	5,08	0,28	70,74	0,40
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,96	1,54	23,60	120,41	11,89
2008		ХЛЕБ	25	1,93	0,16	12,71	59,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,91	0,25	12,25	58,92	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	15,49	61,92	0,00
Итого			714	14,75	11,37	79,18	479,61	22,68
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,81	5,31	7,79	99,45	0,89
Итого			150	4,81	5,31	7,79	99,45	0,89
Ужин								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	7,41	6,45	14,40	146,76	25,20
2008		ХЛЕБ	10	1,07	0,09	7,03	33,15	0,00
2011	4110	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	200	0,08	0,02	15,89	56,13	0,00
Итого			410	8,56	6,56	37,32	236,04	25,20
Итого				34,13	30,21	181,33	1 140,40	55,02

Михайлова Т.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 марта 2025 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	151	3,52	5,06	22,59	150,47	0,36
2008		БАТОН С МАСЛОМ	25	3,09	2,54	20,05	115,70	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,38	0,31	10,34	45,72	0,07
Итого			326	6,99	7,91	52,98	311,89	0,43
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	75	0,23	0,23	5,61	26,88	5,72
Итого			75	0,23	0,23	5,61	26,88	5,72
Обед								
2011	1211	САЛАТ ИЗ МОРОКОВИ С ИЗЮМОМ	45	0,55	2,49	6,26	50,11	0,68
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	151	1,12	3,37	5,63	57,76	7,46
2003	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	5,26	4,50	0,17	62,34	0,32
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,48	2,54	24,64	135,78	12,10
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
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	148	0,00	0,00	11,29	45,15	0,00
Итого			589	14,31	13,32	73,26	471,54	20,56
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	131	0,94	1,04	1,52	19,40	0,17
Итого			131	0,94	1,04	1,52	19,40	0,17
Ужин								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	151	2,73	2,65	12,23	84,94	20,78
2008		ХЛЕБ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2011	4110	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	151	0,08	0,02	12,61	50,99	0,00
Итого			327	4,72	2,83	37,39	195,14	20,78
Всего				27,19	25,33	170,76	1 024,85	47,66

Михайлова Т.В.