

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,37	5,34	31,64	200,59	0,41
2008		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	30	2,35	0,19	24,73	110,00	0,03
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,21	0,88	12,56	63,69	0,05
Итого			430	9,93	6,41	68,93	374,28	0,49
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,43	4,89	7,18	91,63	0,82
Итого			150	4,43	4,89	7,18	91,63	0,82
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,80	2,16	7,15	51,41	1,90
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	200	3,66	1,90	23,23	125,13	9,80
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	1,91	3,96	6,21	69,14	16,54
2008	316	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	70	6,36	5,57	0,57	78,04	0,32
2008		ХЛЕБ	30	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,22	0,29	14,20	68,30	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,67	63,67	2,95
Итого			693	17,23	14,15	76,07	503,05	31,51
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	39	0,15	0,15	3,79	18,18	3,87
Итого			39	0,15	0,15	3,79	18,18	3,87
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	180	2,01	3,03	11,46	81,67	10,29
2008		ХЛЕБ	30	0,23	0,02	1,52	7,15	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	20,10	96,12	71,63
Итого			390	2,83	3,29	33,08	184,94	81,92
Всего				34,57	28,89	189,05	1 172,08	118,61

Михайлова Т.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,23	4,00	25,00	157,32	0,36
2008		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	25	1,98	0,16	19,17	86,04	0,02
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,76	2,74	12,51	86,73	0,39
Итого			325	9,97	6,90	56,68	330,09	0,77
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,83	4,23	6,22	79,37	0,71
Итого			130	3,83	4,23	6,22	79,37	0,71
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	45	0,59	0,97	5,35	32,52	1,42
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	149	3,77	2,16	25,95	138,74	11,75
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,90	1,06	8,64	57,35	27,12
2008	316	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	60	8,62	7,50	0,49	104,13	0,43
2008		ХЛЕБ	25	1,94	0,16	12,77	60,28	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,65	0,13	13,13	55,90	2,60
Итого			589	20,46	12,24	79,05	510,11	43,32
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	75	0,25	0,25	6,04	28,95	6,16
Итого			75	0,25	0,25	6,04	28,95	6,16
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	150	2,44	2,15	14,08	86,57	12,01
2008		ХЛЕБ	25	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,51	0,21	16,04	77,75	61,82
Итого			325	4,48	2,48	40,16	211,68	73,83
Всего				38,99	26,10	188,15	1 160,20	124,79

Михайлова Т.В.