

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	190	КАША "ДРУЖБА"	200	5,82	4,02	34,21	196,95	0,42
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	30	2,30	2,53	15,07	92,22	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,62	2,43	12,81	84,72	0,31
Итого			430	10,74	8,98	62,09	373,89	0,73
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,66	4,04	5,93	75,66	0,68
Итого			150	3,66	4,04	5,93	75,66	0,68
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,72	6,12	3,83	73,67	3,55
2011	15/2	СУП ОВОЩНОЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ГРЕНКАМИ	200/30	7,58	7,39	18,83	172,44	9,65
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	2,52	3,80	1,06	48,53	0,35
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	130	2,74	2,56	22,11	122,72	11,10
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	15,94	64,49	0,04
2008		ХЛЕБ	11	0,86	0,07	5,65	26,64	0,00
2008		ХЛЕБ РУКАНОЙ	32	2,12	0,28	13,60	65,43	0,00
Итого			783	16,73	20,22	81,02	573,92	24,69
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	95	0,21	0,21	5,17	24,82	5,28
Итого			95	0,21	0,21	5,17	24,82	5,28
Ужин								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	3,04	2,26	13,84	89,11	23,61
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0,27	19,05	93,80	80,00
2008		ХЛЕБ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
Итого			430	5,92	2,71	47,49	251,83	103,61
Итого				37,26	36,16	201,70	1 300,12	134,99

Михайлова Т.В.

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ детский сад № 9 "Теремок" Кировградский МО
Ермакова Н.Н./

МЕНЮ

18 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150	5,96	4,43	32,10	193,02	0,53
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	20	1,55	2,79	10,07	71,52	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	152	1,92	1,73	10,21	64,85	0,21
того			322	9,43	8,95	52,38	329,39	0,74
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	2,81	3,10	4,56	58,20	0,52
того			130	2,81	3,10	4,56	58,20	0,52
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	44	0,64	4,24	3,40	54,69	2,90
2011	15/2	СУП ОВОЩНОЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ГРЕНКАМИ	151/30	7,54	6,30	26,03	191,11	7,07
2008	229	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	61	4,16	3,48	1,65	54,79	0,69
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	130	2,45	2,11	19,59	107,28	9,83
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	148	0,36	0,00	11,24	46,31	0,07
того			614	16,07	16,51	84,67	562,73	20,56
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	85	0,21	0,21	5,17	24,82	5,28
того			85	0,21	0,21	5,17	24,82	5,28
Ужин								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,72	1,03	12,45	71,08	21,12
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
того			350	4,74	1,35	44,04	217,81	81,12
того				35,38	30,12	190,82	1 192,95	108,22

Михайлова Т.В.