

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ детский сад №19 "Теремок" Кировградский МО

Гермакова Н.Н./

МЕНЮ

31 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								
008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,41	2,32	35,90	186,18	0,00
008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	25	1,90	0,16	20,17	89,63	0,02
008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,32	0,11	22,98	93,75	4,49
Итого			425	7,63	2,59	79,05	369,56	4,51
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Обед								
2011	20/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,83	2,97	4,87	49,38	2,28
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,45	2,12	7,22	54,37	9,87
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	200	12,51	8,96	39,57	289,24	1,30
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,07	0,07	22,69	92,09	0,72
2008		ХЛЕБ	30	2,66	0,22	17,48	82,48	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,80	0,37	17,94	86,34	0,00
Итого			720	20,32	14,71	109,77	653,90	14,17
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	25,85	119,26	72,00
Итого			180	0,59	0,24	25,85	119,26	72,00
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,01	9,55	0,70	120,78	0,01
2008		ХЛЕБ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	23,23	92,89	0,00
Итого			375	9,92	9,71	36,48	272,88	0,01
Всего				38,81	27,60	259,77	1 456,96	99,49

Михайлова Т.В.

Утверждаю

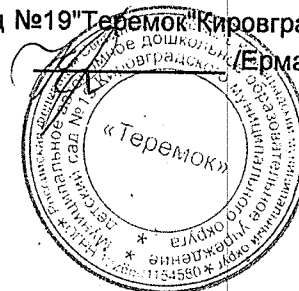
Заведующий

МАДОУ детский сад №19 "Теремок" Кировградский МО
(Ермакова Н.Н.)

МЕНЮ

31 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	151	4,36	0,60	28,97	138,89	0,01
2008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	10	0,76	0,06	8,31	36,84	0,01
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	151	0,70	0,08	39,16	159,49	7,76
Итого			312	5,82	0,74	76,44	335,22	7,78
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	84	0,34	0,34	8,23	39,45	8,39
Итого			84	0,34	0,34	8,23	39,45	8,39
Обед								
2011	20/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,62	3,02	3,65	44,23	1,71
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	148	1,11	0,88	5,53	34,92	7,45
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	150	10,07	10,15	29,83	251,30	0,99
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	149	0,05	0,05	18,41	74,63	0,54
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			547	16,03	14,57	84,42	534,02	10,69
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,21	22,10	101,93	61,54
Итого			150	0,50	0,21	22,10	101,93	61,54
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	128	9,68	10,28	0,73	134,10	0,01
2008		ХЛЕБ	10	0,76	0,06	5,02	23,68	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	17,12	68,46	0,00
Итого			288	10,44	10,34	22,87	226,24	0,01
Всего				33,13	26,20	214,06	1 236,86	88,41

Михайлова Т.В.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139460059

Владелец Ермакова Наталья Николаевна

Действителен с 05.03.2025 по 05.03.2026