

Утверждаю

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



МЕНЮ

4 апреля 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	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	5,84	5,84	25,85	179,86	0,51
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	30	2,32	4,20	15,09	107,33	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,28	1,82	23,40	119,52	0,30
Итого			360	10,44	11,86	64,34	406,71	0,81
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	150	2,39	1,76	3,87	42,90	0,49
Итого			150	2,39	1,76	3,87	42,90	0,49
Обед								
2011	20/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50	0,57	2,47	3,37	37,85	1,58
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	180	5,77	4,66	10,47	107,57	7,77
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,15	0,94	5,94	42,07	21,29
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	70	11,04	10,60	0,82	143,26	0,56
2008		ХЛЕБ	30	2,14	0,17	14,05	66,31	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,77	0,37	17,73	85,32	0,00
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,01	0,00	22,85	91,43	0,00
Итого			690	24,45	19,21	75,23	573,81	31,20
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	2,04	1,76	2,81	37,27	0,49
Итого			150	2,04	1,76	2,81	37,27	0,49
Ужин								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	1,67	1,85	8,77	59,16	0,12
2011	4/7	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	5,49	1,29	0,49	35,60	0,28
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			420	8,69	3,26	30,92	188,56	5,40
Всего				48,01	37,85	177,17	1 249,25	38,39

Михайлова Т.В.

Утверждаю

МАДОУ детский сад №19 "Теремок" Кировградский МО

Заведующий

Ермакова Н.Н./

МЕНЮ

4 апреля 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	181	КАША ЯЧНЕВАЯ	130	5,58	4,91	23,63	161,77	0,54
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	20	1,56	4,13	10,08	83,64	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,85	1,40	19,62	98,71	0,24
Итого			300	8,99	10,44	53,33	344,12	0,78
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	130	2,21	1,63	3,58	39,65	0,46
Итого			130	2,21	1,63	3,58	39,65	0,46
Обед								
2011	20/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	31	0,35	1,64	2,03	24,22	0,95
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	150	2,32	1,52	13,74	78,43	6,33
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	60	21,34	19,29	0,72	262,30	1,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,28	0,95	6,22	43,85	22,79
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
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	149	0,01	0,00	18,94	75,75	0,00
Итого			560	30,48	23,87	68,65	613,49	31,07
Полдник								
2008	435	КЕФИР	130	1,89	1,63	2,60	34,45	0,46
Итого			130	1,89	1,63	2,60	34,45	0,46
Ужин								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	130	1,75	1,07	9,20	54,39	7,05
2011	4/7	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	5,18	3,53	0,94	56,43	0,48
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			360	8,46	4,72	29,86	196,88	7,53
Итого				52,03	42,29	158,02	1 228,59	40,30

Михайлова Т.В.