

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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	189	КАША СЛОЖНАЯ (РИС+ ГРЕЧА)	130	7,03	6,81	25,31	191,89	0,94
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	20	1,55	3,32	10,07	76,38	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	152	0,23	0,08	13,37	54,68	2,60
Итого			302	8,81	10,21	48,75	322,95	3,54
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	120	3,38	3,72	5,47	69,84	0,62
Итого			120	3,38	3,72	5,47	69,84	0,62
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	32	0,26	1,96	2,63	29,30	2,73
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГРЕНКАМИ	150	3,25	1,27	10,31	65,76	2,40
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	7,09	5,61	18,13	151,43	9,17
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	26	0,00	2,91	0,00	26,16	0,00
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	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	16,71	80,02	60,00
Итого			548	15,27	12,42	74,78	481,61	74,30
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	95	0,25	0,25	6,04	28,95	6,16
Итого			95	0,25	0,25	6,04	28,95	6,16
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	132	9,91	13,82	0,54	166,12	0,00
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	17,42	69,67	0,00
Итого			302	11,44	13,94	28,00	283,15	0,00
Итого				39,15	40,54	163,04	1 186,50	84,62

Михайлова Т.В.

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

7 апреля 2025 г.

Сад 12 часов



Бор- 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 СЛОЖНАЯ (РИС+ ГРЕЧА)	150	4,11	3,76	33,70	185,51	0,35
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	30	2,25	4,19	14,64	105,20	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	181	0,29	0,10	17,46	71,23	3,43
Итого			361	6,65	8,05	65,80	361,94	3,78
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
Итого			150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	50	0,44	2,46	3,57	38,34	4,54
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГРЕНКАМИ	180	3,87	2,14	12,32	84,12	2,88
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	7,90	6,63	22,01	179,40	11,14
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	30	0,00	3,55	0,00	31,98	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	18,92	91,50	72,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,19	0,42	20,42	98,24	0,00
2008		ХЛЕБ	30	2,02	0,16	13,30	62,76	0,00
Итого			668	18,01	15,60	90,54	586,34	90,56
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	95	0,25	0,25	6,04	28,95	6,16
Итого			95	0,25	0,25	6,04	28,95	6,16
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	149	5,69	6,29	0,31	80,58	0,00
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00
Итого			349	7,22	6,41	29,71	205,35	0,00
Всего				36,35	34,97	198,93	1 269,88	101,28

Михайлова Т.В.