

МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

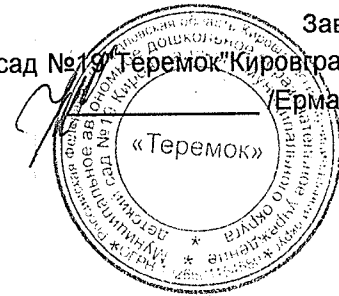
Сад 12 часов

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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,18	9,16	27,79	227,19	1,10
2008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	40	2,59	0,20	24,02	108,36	0,02
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,81	1,43	16,39	85,99	0,24
Итого			370	12,58	10,79	68,20	421,54	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			150	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2011	11/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,47	1,74	3,48	31,79	0,74
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	181	1,14	3,69	8,68	72,71	5,33
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	70/30	7,87	0,52	0,57	38,60	0,31
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,69	4,63	30,11	181,08	0,00
2008		ХЛЕБ	40	3,04	0,25	19,98	94,31	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,45	0,46	22,09	106,27	0,00
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,01	0,00	22,94	91,77	0,00
Итого			733	20,67	11,29	107,85	616,53	6,38
Полдник								
2008	442	КЕФИР	150	2,06	1,77	7,77	57,25	0,50
Итого			150	2,06	1,77	7,77	57,25	0,50
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	149	12,28	2,05	33,60	203,42	0,13
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	21,46	87,48	0,88
Итого			329	12,37	2,14	55,06	290,90	1,01
Всего				48,18	26,09	248,98	1 429,22	11,25

Михайлова Т.В.

Утверждаю

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



МЕНЮ

11 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	3,70	4,15	18,46	125,85	0,33
2008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	30	2,26	0,18	21,00	94,68	0,02
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,61	1,13	19,23	93,86	0,19
Итого			310	7,57	5,46	58,69	314,39	0,54
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	78	0,39	0,08	7,91	33,68	1,57
Итого			78	0,39	0,08	7,91	33,68	1,57
Обед								
2011	11/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	30	0,50	1,70	4,22	34,74	1,13
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	151	0,96	3,33	7,00	62,01	4,44
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60/30	7,02	0,41	0,38	33,40	0,25
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,01	1,14	25,66	128,97	0,00
2008		ХЛЕБ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	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			600	17,44	7,12	88,21	487,50	5,82
Полдник								
2008	442	КЕФИР	130	2,32	2,00	7,24	58,53	0,56
Итого			130	2,32	2,00	7,24	58,53	0,56
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	131	24,06	2,74	37,54	274,22	0,26
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,06	0,06	21,70	87,97	0,64
Итого			281	24,12	2,80	59,24	362,19	0,90
Всего				51,84	17,46	221,29	1 256,29	9,39

Михайлова Т.В.