

Утверждаю

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



МЕНЮ

14 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Збор- 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	4,87	4,71	20,79	145,45	0,34
2008		БАТОН С МАСЛОМ	20	2,42	4,36	15,65	111,84	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,66	1,73	15,16	83,22	0,31
Итого			300	8,95	10,80	51,60	340,51	0,65
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	85	0,23	0,23	5,61	26,88	5,72
Итого			85	0,23	0,23	5,61	26,88	5,72
Обед								
2011	11/1	САЛАТ ИЗВАРЕННОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	30	0,33	0,74	2,86	19,79	0,72
2008	92	УХА РЫБАЦКАЯ	149	4,51	1,14	11,38	74,08	5,80
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	8,61	6,29	21,97	179,26	11,37
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	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	149	0,00	0,00	17,29	69,11	0,00
Итого			548	18,39	8,71	85,51	494,87	17,89
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	87	2,96	2,18	4,79	53,16	0,61
Итого			87	2,96	2,18	4,79	53,16	0,61
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	131	18,60	3,50	21,13	192,80	0,19
2011	4/10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	151	0,07	0,01	12,89	52,02	0,00
Итого			282	18,67	3,51	34,02	244,82	0,19
Итого				49,20	25,43	181,53	1 160,24	25,06

Михайлова Т.В.

Утверждаю

МДОУ детский сад №19 "Теремок" Кировградский МО

Заведующий
Ермакова Н.Н./

МЕНЮ

14 мая 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								
2003	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,36	7,39	24,93	192,48	0,53
2008		БАТОН С МАСЛОМ	30	4,26	4,85	27,60	171,53	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,40	18,65	93,29	0,27
Итого			380	12,07	13,64	71,18	457,30	0,80
II Завтрак								
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
Обед								
2011	11/1	САЛАТ ИЗ ВАРЕНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,50	1,66	5,02	37,79	1,15
2003	92	УХА РЫБАЦКАЯ	180	5,58	2,67	13,67	101,26	6,96
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	6,79	7,58	10,78	138,83	5,70
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	20,42	81,63	0,00
2008		ХЛЕБ	37	2,79	0,23	18,34	86,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,84	0,38	18,19	87,52	0,00
Итого			640	18,50	12,52	86,42	533,58	13,81
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	69	2,34	1,72	3,78	41,92	0,48
Итого			69	2,34	1,72	3,78	41,92	0,48
Ужин								
2003	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	151	18,57	4,26	23,88	210,53	0,18
2011	4/10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	131	0,08	0,02	14,99	60,57	0,00
Итого			332	18,65	4,28	38,87	271,10	0,18
Итого				51,81	32,41	206,29	1 332,85	21,43

Михайлова Т.В.