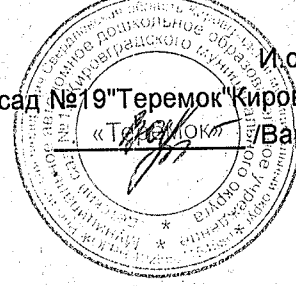


Утверждаю



И.о.заведующий
 МАДОУ детский сад №19 "Теремок" Кировградский МО
 Вахламова Т.А./

МЕНЮ
 26 мая 2025 г.

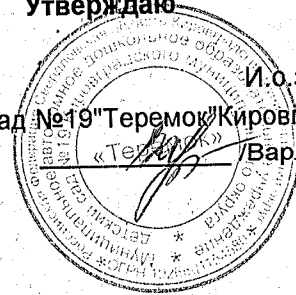
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,36	0,25	9,48	45,60	0,01
2008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	20	1,52	0,12	16,14	71,70	0,02
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	153	0,71	0,08	39,54	161,06	7,84
Итого			323	3,59	0,45	65,16	278,36	7,87
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	85	0,30	0,30	7,33	35,16	7,48
Итого			85	0,30	0,30	7,33	35,16	7,48
Обед								
2011	20/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	0,42	1,84	2,44	28,00	1,14
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	151	1,06	1,33	5,22	37,61	7,35
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	131	11,80	11,87	25,78	257,09	0,87
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,06	0,06	18,86	76,42	0,55
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			524	17,52	15,57	79,30	528,06	9,91
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	21,55	99,37	60,00
Итого			150	0,49	0,20	21,55	99,37	60,00
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	129	9,76	10,08	0,76	132,68	0,01
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	151	0,00	0,00	17,55	70,15	0,00
Итого			300	11,29	10,20	28,35	250,19	0,01
Всего				33,19	26,72	201,69	1 191,14	85,27

Михайлова Т.В.

Михайлова Т.В.

Утверждаю



И.О. заведующий
 МАДОУ детский сад №19 "Теремок" Кировградский МО
 Варламова Т.А./

МЕНЮ

26 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	202	1,78	1,92	12,72	75,29	0,00
2008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	30	2,28	0,18	24,26	107,80	0,03
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,32	0,11	22,98	93,75	4,49
			432	4,38	2,21	59,96	276,84	4,52
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	32	0,13	0,13	3,17	15,21	3,24
Итого			32	0,13	0,13	3,17	15,21	3,24
Обед								
2011	20/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	50	0,69	2,43	4,05	40,74	1,90
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	181	1,24	1,98	6,14	47,82	8,70
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	150	13,63	10,24	29,72	265,71	0,98
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,07	0,07	22,71	92,16	0,72
2008		ХЛЕБ	27	2,07	0,17	13,63	64,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,06	0,41	19,60	94,28	0,00
Итого			634	20,76	15,30	95,85	605,05	12,30
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	25,75	118,75	71,70
Итого			180	0,59	0,24	25,75	118,75	71,70
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	151	11,49	12,62	0,88	163,02	0,02
2008		ХЛЕБ	20	1,50	0,12	9,85	46,46	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	21,00	83,98	0,00
Итого			351	12,99	12,74	31,73	293,46	0,02
Всего				38,85	30,62	216,46	1 309,31	91,78

Михайлова Т.В.