

Утверждаю

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



МЕНЮ

29 мая 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	4,94	2,83	22,52	135,81	0,42
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	20	1,55	3,32	10,07	76,38	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	152	1,87	1,41	20,03	100,61	0,24
Итого			302	8,36	7,56	52,62	312,80	0,66
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	130	2,38	1,75	3,85	42,70	0,49
Итого			130	2,38	1,75	3,85	42,70	0,49
Обед								
2011	20/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	0,34	1,31	2,01	21,17	0,94
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	150	2,28	1,99	13,55	81,77	6,40
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	60	13,49	13,01	0,70	174,17	0,66
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,28	0,79	6,23	42,50	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	151	0,01	0,00	19,39	77,55	0,00
Итого			561	22,58	17,57	68,88	526,10	30,79
Полдник								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	148	0,35	0,00	12,36	50,77	0,07
Итого			148	0,35	0,00	12,36	50,77	0,07
Ужин								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	130	1,95	0,93	10,20	57,99	7,32
2011	4/7	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	5,70	3,57	1,61	61,63	0,70
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	152	0,00	0,00	17,42	69,67	0,00
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			362	9,18	4,62	39,27	236,65	8,02
Всего				42,85	31,50	176,98	1 169,02	40,03

Михайлова Т.В.

Утверждаю

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

29 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								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	5,83	5,80	26,03	180,30	0,51
2008		ХЛЕБ С МАСЛОМ	30	2,31	3,45	15,08	100,58	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,37	1,82	23,82	121,60	0,30
Итого			360	10,51	11,07	64,93	402,48	0,81
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	73	2,49	1,83	4,02	44,62	0,51
Итого			73	2,49	1,83	4,02	44,62	0,51
Обед								
2011	20/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	50	0,57	2,55	3,36	38,59	1,57
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	180	1,59	1,15	10,46	59,16	7,58
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,70	1,06	7,38	51,48	26,96
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	70	13,57	12,70	0,82	172,28	0,68
2008		ХЛЕБ	19	1,47	0,12	9,66	45,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,28	0,30	14,60	70,24	0,00
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,01	0,00	22,86	91,43	0,00
Итого			663	22,19	17,88	69,14	528,79	36,79
Полдник								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	181	0,43	0,00	10,57	44,00	0,09
Итого			181	0,43	0,00	10,57	44,00	0,09
Ужин								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	1,61	1,86	8,78	58,89	5,04
2011	4/7	РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	4,96	1,20	1,86	38,38	0,77
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	179	0,00	0,00	20,25	80,99	0,00
2008		ХЛЕБ	13	1,00	0,08	6,60	31,14	0,00
Итого			412	7,57	3,14	37,49	209,40	5,81
Всего				43,19	33,92	186,15	1 229,29	44,01

Михайлова Т.В.