

Утверждаю

МАДОУ детский сад №19 "Теремок" Кировградский МО

Заведующий

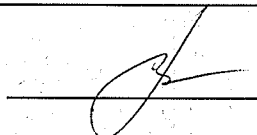
Ермакова Н.Н./

МЕНЮ

4 июля 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	7,07	7,12	25,15	193,59	0,94
2008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	30	2,26	0,18	21,00	94,68	0,02
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,48	3,10	20,94	126,36	0,52
Итого			310	12,81	10,40	67,09	414,63	1,48
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 ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	31	0,32	1,68	4,09	33,31	0,86
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	8,79	10,08	6,95	153,95	4,75
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60/30	5,44	0,32	0,22	25,56	0,18
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,92	1,81	25,08	132,31	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	153	0,01	0,00	19,57	78,29	0,00
Итого			604	23,42	14,43	87,92	576,05	5,79
Полдник								
2008	442	КЕФИР	129	4,98	4,29	10,10	103,88	1,20
Итого			129	4,98	4,29	10,10	103,88	1,20
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	24,14	2,73	36,18	269,25	0,26
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	154	0,06	0,06	22,50	91,21	0,64
Итого			284	24,20	2,79	58,68	360,46	0,90
Всего				65,66	32,16	229,83	1 483,97	15,53


 Михайлова Т.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 июля 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	10,53	10,23	31,39	261,38	1,54
2008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	40	2,58	0,20	23,08	104,52	0,02
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,34	3,10	19,11	118,50	0,52
Итого			370	16,45	13,53	73,58	484,40	2,08
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	68	0,27	0,27	6,62	31,76	6,76
Итого			68	0,27	0,27	6,62	31,76	6,76
Обед								
2011	11/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,36	1,79	3,40	31,49	0,77
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,89	4,22	8,50	79,77	5,33
2008	238	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	70/30	5,87	0,34	0,48	28,63	0,28
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,69	4,70	30,04	181,40	0,00
2008		ХЛЕБ	28	2,13	0,17	13,98	65,97	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,45	0,46	22,10	106,35	0,00
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	179	0,01	0,00	22,71	90,80	0,00
Итого			719	18,40	11,68	101,21	584,41	6,38
Полдник								
2008	442	КЕФИР	150	5,15	4,44	11,94	113,43	1,24
Итого			150	5,15	4,44	11,94	113,43	1,24
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	21,42	3,35	31,38	244,32	0,21
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	21,46	87,44	0,88
Итого			330	21,51	3,44	52,84	331,76	1,09
Всего				61,78	33,36	246,19	1 545,76	17,55

Михайлова Т.В.