

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

МЕНЮ

7 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	7,43	6,98	19,62	172,74	1,14
2008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	20	1,52	0,12	16,14	71,70	0,02
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	145	0,67	0,08	37,22	151,59	7,38
Итого			315	9,62	7,18	72,98	396,03	8,54
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	1,65	2,45	26,26	1,15
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	152	1,06	1,74	5,21	41,21	7,36
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	132	9,78	20,07	26,38	325,71	0,87
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	154	0,08	0,08	19,56	79,65	0,76
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			528	15,52	24,01	80,60	601,77	10,14
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	13,82	14,58	4,29	204,12	0,42
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	152	0,00	0,00	17,75	70,96	0,00
Итого			301	15,35	14,70	32,08	322,44	0,42
Всего				41,28	46,39	214,54	1 454,77	86,58

Михайлова Т.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	9,19	10,15	23,77	225,41	1,42
2008	3	ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ	30	2,28	0,18	24,20	107,56	0,03
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	181	0,29	0,10	20,75	84,63	4,06
Итого			391	11,76	10,43	68,72	417,60	5,51
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	95	0,33	0,33	8,19	39,29	8,36
Итого			95	0,33	0,33	8,19	39,29	8,36
Обед								
2011	20/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	50	0,69	2,48	4,06	41,19	1,90
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,24	1,96	6,12	47,67	8,68
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	150	11,17	20,21	29,68	345,62	0,98
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	23,01	93,74	0,90
2008		ХЛЕБ	25	1,88	0,15	12,39	58,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	3,74	0,50	23,98	115,37	0,00
Итого			642	18,81	25,39	99,24	702,06	12,46
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	26,04	120,09	72,50
Итого			180	0,60	0,24	26,04	120,09	72,50
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	17,42	18,67	7,13	267,21	0,73
2008		ХЛЕБ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	20,87	83,46	0,00
Итого			350	18,95	18,79	38,04	398,03	0,73
Всего				50,45	55,18	240,23	1 677,07	99,56

Михайлова Т.В.