

Согласовано
Заведующая
МАДОУ "Детский сад №82"
/Фадеекина Е.И./



МЕНЮ
15 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ <small>(гречка, масло сливочное, соль, сахарный песок)</small>	150	3,7	4,2	18,5	126	0
		БАТОН С МАСЛОМ <small>(батон, масло сливочное)</small>	30/5	2,3	4,6	14,3	108	0
		ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай, сахарный песок)</small>	150	0,2		6,9	28	0
Итого			335	6,2	8,8	39,7	262	0
II Завтрак								
		СОК <small>(сок)</small>	150	0,8	0,2	18,1	83	4,9
Итого			150	0,8	0,2	18,1	83	4,9
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ, С ГРЕНКАМИ <small>(мясо птицы, картофель, морковь, лук репчатый, горох, масло растительное, хлеб пшеничный, лавровый лист, соль)</small>	150	9,1	7,4	20,7	185	1,6
		ГУЛЯШ (МЯСО ПТИЦЫ) <small>(мясо птицы, лук репчатый, морковь, томатная паста, мука, масло растительное, соль)</small>	50	11,5	12,4	3,1	171	1,4
		РОЖКИ <small>(масло сливочное, макароны, соль)</small>	100	3,8	4,8	24,2	155	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ <small>(сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)</small>	150			6,5	26	26,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small>	40	2,9	0,4	18,6	90	0
Итого			490	27,3	25	73,1	627	29,8
Полдник								
		КЕФИР <small>(кефир)</small>	150	4,3	3,7	5,8	77	0,4
		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small>	25	1,5	1,9	14,5	81	0
Итого			175	5,8	5,6	20,3	158	0,4
Ужин								
		ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ <small>(творог, яйца куриные (шт.), сахарный песок, масло сливочное, масло растительное, манка, молоко, мука, соль)</small>	190/30	19,5	16,6	16,8	298	0,4
		КОФЕ С МОЛОКОМ <small>(молоко, сахарный песок, кофе)</small>	150	3,4	2,9	12,7	91	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный)</small>	30	2	0,2	13,3	63	0
Итого			400	24,9	19,7	42,8	452	1
Всего				65	59,3	194	1582	36,1

Согласовано



Заведующая

МАДОУ "Детский сад №82"

/Фадеекина Е.И./

МЕНЮ
15 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ <small>(масло сливочное, гречка, соль, сахарный песок)</small>	200	3,7	4,3	18,5	127	0
		БАТОН С МАСЛОМ <small>(батон, масло сливочное)</small>	30/6	2,3	5,2	14,3	114	0
		ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай, сахарный песок)</small>	200	0,2		7,9	32	0
Итого			436	6,2	9,5	40,7	273	0
II Завтрак								
		СОК <small>(сок)</small>	150	0,8	0,2	18,1	83	4,9
Итого			150	0,8	0,2	18,1	83	4,9
Обед								
		СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ С ГРЕНКАМИ <small>(мясо птицы, лук репчатый, картофель, морковь, горох, масло растительное, хлеб пшеничный, лавровый лист, соль)</small>	200	10,7	8,8	22,4	210	1,9
		ГУЛЯШ (МЯСО ПТИЦЫ) <small>(мясо птицы, лук репчатый, морковь, томатная паста, мука, масло растительное, соль)</small>	50	12,6	14	3,3	190	1,6
		РОЖКИ <small>(масло сливочное, макароны, соль)</small>	130	4,3	4,8	27,4	170	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ <small>(сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)</small>	200			7,4	29	21,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small>	50	3,6	0,5	23,1	111	0
Итого			630	31,2	28,1	83,6	710	24,7
Полдник								
		КЕФИР <small>(кефир)</small>	150	4,3	3,7	5,8	77	0,4
		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small>	25	1,5	1,9	14,5	81	0
Итого			175	5,8	5,6	20,3	158	0,4
Ужин								
		ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ <small>(яйца куриные (шт.), творог, сахарный песок, масло сливочное, масло растительное, манка, молоко, мука, соль)</small>	190/30	24,6	20,8	19,4	367	0,4
		КОФЕ С МОЛОКОМ <small>(молоко, сахарный песок, кофе)</small>	200	3,4	2,9	13,5	94	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный)</small>	30	2	0,2	13,3	63	0
Итого			450	30	23,9	46,2	524	1
Всего				74	67,3	208,9	1748	31