



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

**МЕНЮ**  
 22 апреля 2024 г.  
 Если 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ <small>(гречка, масло сливочное, соль, сахарный песок)</small>	150	3,7	4,1	18,7	126	0
		БАТОН С МАСЛОМ <small>(батон, масло сливочное)</small>	30/5	2,3	4,3	14,3	106	0
		ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай, сахарный песок)</small>	150	0,2		6,9	28	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>6,2</b>	<b>8,4</b>	<b>39,9</b>	<b>260</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК <small>(сок)</small>	150	0,8	0,2	16,3	74	4,4
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,3</b>	<b>74</b>	<b>4,4</b>
<b>Обед</b>								
		СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ, С ГРЕНКАМИ <small>(мясо птицы, картофель, морковь, лук репчатый, горох, масло растительное, хлеб пшеничный, лавровый лист, соль)</small>	150	8,4	6,9	19,5	174	1,1
		ГУЛЯШ (МЯСО ПТИЦЫ) <small>(мясо птицы, лук репчатый, морковь, томатная паста, мука, масло растительное, соль)</small>	50	10,9	11,7	4,6	168	1,2
		РОЖКИ <small>(масло сливочное, макароны, соль)</small>	100	3,9	4,5	24,7	155	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ <small>(сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)</small>	150			6,5	26	22,4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small>	40	2,6	0,4	16,9	81	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>25,8</b>	<b>23,5</b>	<b>72,2</b>	<b>604</b>	<b>24,7</b>
<b>Полдник</b>								
		КЕФИР <small>(кефир)</small>	150	4,3	3,7	5,9	79	0,4
		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small>	25	1,5	1,9	14,5	81	0
<b>Итого</b>			<b>175</b>	<b>5,8</b>	<b>5,6</b>	<b>20,4</b>	<b>160</b>	<b>0,4</b>
<b>Ужин</b>								
		ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ С ФРУКТОВЫМ СОУСОМ <small>(творог, яйца куриные (шт.), сахарный песок, масло сливочное, масло растительное, манка, молоко, кисель, повидло, соль)</small>	190/30	16,8	14,7	25,8	305	0,3
		КОФЕ С МОЛОКОМ <small>(молоко, сахарный песок, кофе)</small>	150	3,5	2,9	12,4	90	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный)</small>	30	2	0,2	13,5	64	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>22,3</b>	<b>17,8</b>	<b>51,7</b>	<b>459</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>60,9</b>	<b>55,5</b>	<b>200,5</b>	<b>1557</b>	<b>30,4</b>

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №82"

/Фадеекина Е.И./

**МЕНЮ**  
22 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ <small>(масло сливочное, гречка, соль, сахарный песок)</small>	200	3,7	4,4	18,4	128	0
		БАТОН С МАСЛОМ <small>(батон, масло сливочное)</small>	30/6	2,3	5,3	14,3	115	0
		ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай, сахарный песок)</small>	200	0,2		7,9	32	0
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>6,2</b>	<b>9,7</b>	<b>40,6</b>	<b>275</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК <small>(сок)</small>	150	0,8	0,2	16,3	74	4,4
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>16,3</b>	<b>74</b>	<b>4,4</b>
<b>Обед</b>								
		СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ С ГРЕНКАМИ <small>(мясо птицы, лук репчатый, картофель, морковь, горох, масло растительное, хлеб пшеничный, лавровый лист, соль)</small>	200	9,6	8,3	20,8	196	1,2
		ГУЛЯШ (МЯСО ПТИЦЫ) <small>(мясо птицы, лук репчатый, морковь, томатная паста, мука, масло растительное, соль)</small>	50	12,1	13,3	4,9	188	1,7
		РОЖКИ <small>(масло сливочное, макароны, соль)</small>	130	4,4	4,7	27,9	172	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ <small>(сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)</small>	200			7,5	30	19,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small>	50	3,3	0,5	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>29,4</b>	<b>26,8</b>	<b>82,3</b>	<b>688</b>	<b>22,5</b>
<b>Полдник</b>								
		КЕФИР <small>(кефир)</small>	150	4,3	3,7	5,9	79	0,4
		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small>	25	1,5	1,9	14,5	81	0
<b>Итого</b>			<b>175</b>	<b>5,8</b>	<b>5,6</b>	<b>20,4</b>	<b>160</b>	<b>0,4</b>
<b>Ужин</b>								
		ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ С ФРУКТОВЫМ СОУСОМ <small>(яйца куриные (шт.), творог, сахарный песок, масло сливочное, масло растительное, молоко, кисель, повидло, соль, манка)</small>	190/30	21,6	18,9	28,8	374	0,3
		КОФЕ С МОЛОКОМ <small>(молоко, сахарный песок, кофе)</small>	200	3,5	2,9	13,7	95	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный)</small>	30	2	0,2	13,5	64	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>27,1</b>	<b>22</b>	<b>56</b>	<b>533</b>	<b>0,9</b>
<b>Всего</b>				<b>69,3</b>	<b>64,3</b>	<b>215,6</b>	<b>1730</b>	<b>28,2</b>