

Согласовано



Заведующая

МАДОУ "Детский сад №82"

/Фадеекина Е.И./

МЕНЮ
5 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

| Сбор-ник реце-птур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая цен-ность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|---------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ (манка, сахарный песок, соль, масло сливочное, молоко) | 150 | 5,3 | 6,1 | 22 | 165 | 0,6 |
| | | БАТОН С МАСЛОМ (батон, масло сливочное) | 30/5 | 2,3 | 4,3 | 14,3 | 106 | 0 |
| | | КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, какао, сахарный песок) | 150 | 3,3 | 2,9 | 12 | 88 | 0,6 |
| Итого | | | 335 | 10,9 | 13,3 | 48,3 | 359 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК (сок) | 150 | 0,8 | 0,2 | 18 | 82 | 4,9 |
| Итого | | | 150 | 0,8 | 0,2 | 18 | 82 | 4,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | ВИНЕГРЕТ (свекла, морковь, картофель, лук репчатый, огурцы консервированные, капуста свежая, горошек консервированный, масло растительное, соль) | 40 | 0,7 | 2,4 | 2,8 | 37 | 4,6 |
| | | СУП ЛАПША С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (мясо птицы, макароны, картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное, сметана) | 150 | 5,3 | 7,1 | 6,3 | 110 | 0,8 |
| | | КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА, С КУРИЦЕЙ С ЯЙЦОМ (картофель, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, яйца куриные (шт.), соль, мясо птицы) | 160 | 12,6 | 17 | 4 | 221 | 2,3 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота) | 150 | | | 6,8 | 27 | 20 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79 | 0 |
| Итого | | | 540 | 21,1 | 26,9 | 36,4 | 474 | 27,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | МОЛОКО (молоко) | 150 | 3,9 | 3,4 | 6,4 | 73 | 0,7 |
| | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье) | 25 | 1,5 | 1,9 | 14,5 | 81 | 0 |
| Итого | | | 175 | 5,4 | 5,3 | 20,9 | 154 | 0,7 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ (яйца куриные (шт.), мука, дрожжи, масло растительное, сахарный песок, молоко, соль, масло сливочное, повидло) | 230/20 | 6,1 | 7,7 | 37,8 | 244 | 0,3 |
| | | КИСЕЛЬ (сахарный песок, кисель) | 150 | | | 18,3 | 74 | 0 |
| Итого | | | 400 | 6,1 | 7,7 | 56,1 | 318 | 0,3 |
| Всего | | | | 44,3 | 53,4 | 179,7 | 1387 | 34,8 |



МЕНЮ
5 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ (манка, молоко, масло сливочное, соль, сахарный песок) | 200 | 5,3 | 6,1 | 23,1 | 169 | 0,6 |
| | | БАТОН С МАСЛОМ (батон, масло сливочное) | 30/6 | 2,3 | 5,2 | 14,3 | 113 | 0 |
| | | КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, какао, сахарный песок) | 200 | 3,3 | 2,9 | 12,8 | 91 | 0,6 |
| Итого | | | 436 | 10,9 | 14,2 | 50,2 | 373 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК (сок) | 150 | 0,8 | 0,2 | 18 | 82 | 4,9 |
| Итого | | | 150 | 0,8 | 0,2 | 18 | 82 | 4,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | ВИНЕГРЕТ (свекла, морковь, картофель, лук репчатый, капуста свежая, горошек консервированный, огурцы консервированные, масло растительное, соль) | 60 | 0,7 | 3 | 2,7 | 42 | 4,5 |
| | | СУП-ЛАПША С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (мясо птицы, макароны, картофель, лук репчатый, морковь, масло растительное, сметана) | 200 | 6,4 | 10 | 8,9 | 151 | 0,9 |
| | | КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА, С КУРИЦЕЙ С ЯЙЦОМ (картофель, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, яйца куриные (шт.), соль, мясо птицы) | 190 | 13,7 | 17,2 | 4,2 | 226 | 2,5 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота) | 200 | | | 7,6 | 30 | 22,8 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 50 | 3,2 | 0,4 | 20,6 | 99 | 0 |
| Итого | | | 700 | 24 | 30,6 | 44 | 548 | 30,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | МОЛОКО (молоко) | 150 | 3,9 | 3,4 | 6,4 | 73 | 0,7 |
| | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье) | 25 | 1,5 | 1,9 | 14,5 | 81 | 0 |
| Итого | | | 175 | 5,4 | 5,3 | 20,9 | 154 | 0,7 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ (яйца куриные (шт.), молоко, мука, масло растительное, сахарный песок, соль, дрожжи, повидло, масло сливочное) | 230/20 | 8,3 | 9,4 | 51,5 | 323 | 0,3 |
| | | КИСЕЛЬ (сахарный песок, кисель) | 200 | | | 19,1 | 77 | 0 |
| Итого | | | 450 | 8,3 | 9,4 | 70,6 | 400 | 0,3 |
| Всего | | | | 49,4 | 59,7 | 203,7 | 1557 | 37,8 |