

Утверждаю:
Заведующая ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»



Чукаева Г.М./

МЕНЮ

02 Мая 2024г.

ЯСЛИ 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность, ккал	Вита- Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле Воды, г		
Завтрак								
2010	28	Гречневая рассыпчатая каша.	150	7,3	7,4	26,2	198	0
к\к	к\к	Кофейный напиток..	150	4,1	3,3	12,6	97	0
2010	182	Батон с маслом, сыром.	30\5\4	3,8	7,4	13,6	136	
		Итого:	339	15,2	18,1	52,4	431	1
2 Завтрак								
		Сок	200					
		Итого:	200					
Обед								
2010	134	Рыбный суп (уха) со сметаной.	200\9	9,2	9,9	17,2	194,8	
2010	23	Отварные рожки, печёночное суфле.	130\70	13,4	12,9	16,2	220,0	
2010	55	Компот из с\ фруктов.	150	7,1	7,1	0	91,4	
2010	44	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
		Салат из свежей капусты с морковью, луком.	40					
		Итого:	639	32,3	30,3	50,4	587,8	
Полдник								
2010	42	Молоко	200	5,8	5,0	8,0	106,0	
2010	22	Булочка домашняя.	60	6,2	5,1	31,7	198,0	
		Итого:	260	12,0	10,1	39,7	304,0	
Ужин								
2008	22	Творожный рисовый пудинг со сладкой подливой.	130\20	1,5	2,6	5,3	51,5	
2010	91	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	39	Хлеб пшеничный.	30	2,0	0,3	12,7	61,2	
		Итого:	330	3,6	2,9	30,8	164,2	

Утверждаю:

/ Заведующая: ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

 / Чукаева Г.М./

МЕНЮ

02 Мая 2024г.

САД 12 часов

Сборник рецептур	№ тех.карты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность,ккал	Вита-Мин С,мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле Воды,г		
Завтрак								
2010	28	Гречневая рассыпчатая каша.	200	7,6	7,8	27,2	199	0,
к\к	к\к	Кофейный напиток..	200	4,3	3,5	12,8	99	0,
2010	182	Батон с маслом, сыром.	40\6	3,8	7,4	13,6	136	
	Итого:		452	15,3	18,4	52,6	436,2	1,
2 Завтрак								
2008	13	Сок	200					
		Итого:	200					
Обед								
2010	134	Рыбный суп (уха) со сметаной.	250\11	9,3	9,9	17,4	196,8	
2010	23	Отварные рожки, печёночное суфле.	150\80	15,4	13,9	18,2	224,0	
2010	55	Компот из с\фруктов.	200	7,1	7,1	0	91,4	
2010	44	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
		Салат из свежей капусты с морковью, луком.	60					
		Итого:	791					
Полдник								
2010	42	Молоко	200	5,8	5,0	8,0	106,0	
2010	22	Булочка домашняя.	80	6,2	5,1	31,7	198,0	
		Итого:	280					
Ужин								
2008	22	Творожный рисовый пудинг со сладкой подливой.	200	1,8	2,9	5,5	51,6	
2010	91	Чай с сахаром.	200	0,1	0	12,8	51,5	
2010	39	Хлеб пшеничный.	40	2,0	0,3	12,7	61,2	
		Итого:	440					