

Утверждаю:

Заведующая ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./

**МЕНЮ**

03 Апреля 2024г.

САД 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность, ккал	Вита- Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле Воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	29	Молочная гречневая каша .	200	6,0	7,1	26,8	195,7	0,8
к\к	к\к	Какао на молоке	200	3,2	2,6	17,5	106,9	0,6
2010	181	Батон с маслом, сыром.	40\6\6	3,8	7,4	13,6	136	0
		<b>Итого:</b>	<b>452</b>	<b>15,3</b>	<b>18,4</b>	<b>52,6</b>	<b>436,2</b>	<b>1,4</b>
<b>2 Завтрак</b>								
2008	15							
		<b>Итого:</b>		<b>1,8</b>	<b>0,4</b>	<b>16,2</b>	<b>86,0</b>	<b>13,0</b>
<b>Обед</b>								
2010	131	Щи из свежей капусты с курицей, со сметаной.	250\11	5,7	6,8	6,9	116,4	
2010	21	Отварные рожки, куриные биточки.	150\80	6,3\10,3	5,7\8,1	35,2\4,9	200\130,1	
2010	56	Компот из с\ф.	200	0	0	12,6	50,3	
2010	41	Хлеб ржаной.	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
		Свёкла отварная (кусочком)	60					
		<b>Итого:</b>	<b>801</b>	<b>205,6</b>	<b>21,0</b>	<b>80,8</b>	<b>598,8</b>	
<b>Полдник</b>								
2010	43	Молоко кипячённое.	200	5,6	4,9	9,4	116,0	
2010	23	Пирожок с творогом.	80	4,9	4,6	29,9	177,8	
		<b>Итого:</b>	<b>280</b>	<b>10,5</b>	<b>9,5</b>	<b>39,3</b>	<b>293,8</b>	
<b>Ужин</b>								
2008	24	Картофель тушённый, рыбная тефтеля.	150\80	4,4	5,2	11,5	96,0	
2010	90	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36	Хлеб пшеничный.	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
		<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>7,6</b>	<b>5,4</b>	<b>44,4</b>	<b>242,2</b>	

Утверждаю:

Заведующая: ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./



03 Апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	29	Молочная гречневая каша .	150	6,0	7,1	26,8	195,7	0,8
к\к	к\к	Какао на молоке	150	3,2	2,6	17,5	106,9	0,6
2010	181	Батон с маслом, сыром.	30\5\4	3,8	7,4	13,6	136	0
		<b>Итого:</b>	339	13,0	17,1	57,9	438,6	1,4
<b>2 Завтрак</b>								
2008	15							
		<b>Итого:</b>		1,8	0,4	16,2	86,0	13,0
<b>Обед</b>								
2010	131	Щи из свежей капусты с курицей, со сметаной.	200\11	5,5	6,6	6,5	112,4	
2010	21	Отварные рожки, куриные биточки.	130\70	5,3\9,3	4,7\7,1	34,2\4,9	200\120,1	
2010	56	Компот из с\ф.	150	0	0	12,6	50,3	
2010	41	Хлеб ржаной.	40	3,3	0,4	21,2	102,0	
		Свёкла отварная (кусочком)	40					
		<b>Итого:</b>	641	23,4	18,4	79,4	584,8	
<b>Полдник</b>								
2010	43	Молоко кипячённое.	150	5,8	5,0	8,0	106,0	
2010	23	Пирожок с творогом.	60	6,2	5,1	31,7	198,0	
		<b>Итого:</b>	210	12,0	10,1	39,7	304,0	
<b>Ужин</b>								
2008	24	Картофель тушёный, рыбная тефтеля.	130\70	3,4	4,2	10,5	95,0	
2010	90	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36	Хлеб пшеничный.	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
		<b>Итого:</b>	390	6,6	4,4	43,4	241,2	