

Утверждаю:

Заведующая ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./

МЕНЮ

08 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 29 | Молочная ячневая 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 |
| | | Итого: | 452 | 15,3 | 18,4 | 52,6 | 436,2 | 1,4 |
| 2 Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 15 | Сок | 200 | | | | | |
| | | Итого: | 200 | 1,8 | 0,4 | 16,2 | 86,0 | 13,0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 131 | Суп овощной из свежей капусты с курицей, сметаной. | 250\11 | 5,7 | 6,8 | 6,9 | 116,4 | |
| 2010 | 21 | Отварные рожки, куриная котлета. | 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 | |
| | | Салат из свежей капусты со свёклой. | 60 | | | | | |
| | | Итого: | 801 | 205,6 | 21,0 | 80,8 | 598,8 | |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 43 | Молоко кипячёное. | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,4 | 116,0 | |
| 2010 | 23 | Штоли. | 80 | 4,9 | 4,6 | 29,9 | 177,8 | |
| | | Итого: | 280 | 10,5 | 9,5 | 39,3 | 293,8 | |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 24 | Творожный рисовый пудинг со сладкой подливой. | 140\10 | 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 | |
| | | Итого: | 340 | 7,6 | 5,4 | 44,4 | 242,2 | |

