

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

11 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,4	5,6	16,2	139	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	12,2	57	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	1,6	1,2	9,8	58	0,3
Итого			349	7,9	11,1	38,2	291	0,8
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРБУЛЬОНЕ	150	4,9	6,2	12,7	126	3,8
2008	311	КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	150	12	13,6	22,9	263	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,6	85	0
Итого			492	19,7	20,2	59,9	501	4,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	4,2	3,6	6,9	82	0,9
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	3,3	4,6	11,6	103	0
Итого			209	7,5	8,2	18,5	185	0,9
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,6	4,2	0,2	61	0
2012	331	ОВОЩНОЕ РАГУ	120	2,4	4,2	12,5	99	17,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	31	0
Итого			359	8,6	8,5	30,2	237	17,6
Всего				43,7	48	146,8	1214	23,8

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

11 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,2	6,8	19	163	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17	80	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,8	1,4	11,3	67	0,4
Итого			401	9,6	14,2	47,4	362	1
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРБУЛЬОНЕ	200	5,7	6,8	14,9	143	4,7
2008	311	КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	14,3	15,1	29,3	311	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22	106	0
Итого			612	23,4	22,4	73,8	590	5,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	198	4,6	4	7,6	91	1
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40	4,3	5,1	16,2	131	0
Итого			238	8,9	9,1	23,8	222	1
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,6	4,2	0,2	61	0
2012	331	ОВОЩНОЕ РАГУ	140	2,7	4,2	13,3	104	20,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,8	32	0
Итого			399	8,9	8,5	31	243	20,5
Всего				50,8	54,2	176	1417	28

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

12 марта 2024 г.

Ясли 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	160	4,5	5,1	19	146	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,2	13,2	63	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,6	2,2	10,7	77	0,5
Итого			351	9,1	11,6	42,9	323	1
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,2	82	1,6
Итого			200	1	0,2	19,2	82	1,6
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	21	0,2		0,4	3	1
2012	56	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРБУЛЬОНЕ	150	4,8	6,4	11,5	127	5,7
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ КУР	140	11,5	13,3	16,8	234	8,9
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	0,6	2,1	16	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,3	79	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,7	41	0
2008	411	КИСЕЛЬ	150			11,3	45	0
Итого			548	20,7	20,8	67,1	545	16
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	69	0,8
2008	453	БУЛОЧКА ВЫБОРГСКАЯ	50	4,5	5,2	25,6	167	0,1
Итого			200	8	8,2	31,4	236	0,9
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С РИСОМ	130	12,9	8,4	15,3	198	0,2
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,8	1,2	2,8	27	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
Итого			340	13,8	9,6	25	253	0,4
Всего				52,6	50,4	185,6	1439	19,9

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

12 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	6,1	21,4	167	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,5	87	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3	2,5	12,1	86	0,6
			409	10,9	14,6	52,1	392	1,2
Итого								
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	176	0,9	0,2	17,8	76	3,5
			176	0,9	0,2	17,8	76	3,5
Итого								
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	28	0,2		0,5	4	1,4
2012	56	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРБУЛЬОНЕ	200	5,6	8,3	13,1	156	6,6
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ КУР	160	13,1	16,6	18,3	278	9,7
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	0,4	0,6	3	21	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,3	0,4	21,4	103	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,8	51	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			15,1	61	0
			680	24,2	26	82,2	674	18,4
Итого								
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2008	453	БУЛОЧКА ВЫБОРГСКАЯ	70	5,2	4,5	30,4	183	0,1
			250	9,4	8,1	37,3	266	1
Итого								
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С РИСОМ	150	16,8	10,5	16	239	0,2
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	1,1	1,4	4,1	36	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
			390	18	11,9	28	307	0,4
Итого								
				63,4	60,8	217,4	1715	24,5
Всего								

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

13 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	174	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ СМЕСИ КРУП (гречка, геркулес)	160	4,7	5,6	15,9	137	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,2	12,9	61	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1	1,2		16	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,6	2,2	10,7	77	0,5
Итого			356	10,3	13,3	39,5	328	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150	4,9	7,9	11,6	138	3,8
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	150	10,9	14,5	7,2	205	22,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,3	16	77	0
Итого			490	18,3	22,7	41,5	447	26,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	69	0,8
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	50	4,5	4	24,4	153	1,5
Итого			200	8	7	30,2	222	2,3
Ужин								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50	0,7	1,9	4,1	37	2
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	80	11,2	5,5	2,3	105	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	18,1	85	0
Итого			346	14,7	7,6	31,4	255	2,2
Всего				51,7	51	152,4	1299	41,9

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

13 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	174	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ СМЕСИ КРУП (гречка, геркулес)	180	5,2	6,6	18,2	158	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	18,1	85	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,3	1,7		22	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	12	86	0,6
Итого			410	12,2	16,8	48,4	403	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	116	0,5	0,5	11,4	55	11,6
Итого			116	0,5	0,5	11,4	55	11,6
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6	10,1	15,3	177	4,7
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	185	12,5	15,7	8,7	229	27,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21	101	0
Итого			615	21,8	26,2	52,6	537	31,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	70	5,4	5,2	28,3	183	1,6
Итого			250	9,6	8,8	35,2	266	2,5
Ужин								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	3	5,3	51	2,6
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	90	13	5,6	2,3	113	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	23,2	110	0
Итого			396	17,6	8,9	38,7	306	2,8
Всего				61,7	61,2	186,3	1567	50

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./



МЕНЮ

14 марта 2024 г.

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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	3,9	4,6	16,6	127	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,2	13,1	62	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1	1,2		16	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,1		7,8	31	0
Итого			356	7	10,1	37,5	273	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	183	0,7	0,7	18	86	18,4
Итого			183	0,7	0,7	18	86	18,4
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ КУР	150	6,2	5,2	12,9	123	4,5
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	130/30	12,3	13,2	11	215	17,6
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,5	0,4	16,1	77	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	7,8	37	0
2008	411	КИСЕЛЬ	150			11,3	45	0
Итого			516	22,2	18,9	59,1	497	22,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	3,9	3,4	6,6	78	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ	34	2,5	3,2	24,9	138	0
Итого			204	6,4	6,6	31,5	216	0,9
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ	135	5,8	6,8	31	210	0,2
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,8	1,2	3,7	31	0,2
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,5	2	12,2	80	0,5
Итого			345	9,1	10	46,9	321	0,9
Всего				45,4	46,3	193	1393	42,7

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

14 марта 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,4	5,5	19,8	151	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,8	0,2	18,3	86	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,3	1,7		22	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,9	32	0
Итого			410	8,6	13,2	46,1	343	0,5
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ КУР	200	7,3	6,9	15,2	152	5,2
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	150/40	14,2	14,9	13	245	19,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,5	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,1	102	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			15,1	61	0
Итого			641	26,4	22,3	74,9	609	24,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,6	4	7,7	92	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	52	3,8	4,9	38	212	0
Итого			252	8,4	8,9	45,7	304	1
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ	175	7,2	7,3	39,1	252	0,3
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	1,1	1,4	5,1	39	0,2
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	14,6	98	0,7
Итого			415	11,5	11,3	58,8	389	1,2
Всего				54,9	55,7	225,5	1645	27,2

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ "Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

15 марта 2024 г.

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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,6	5,2	16,5	136	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,7	60	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	4	0,7	1		12	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,2		8,4	34	0
Итого			354	7,4	10,5	37,6	279	0,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	141	0,6	0,6	13,8	66	14,1
Итого			141	0,6	0,6	13,8	66	14,1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,5	1,9	2,9	31	1,4
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	4,8	5,1	9,6	104	11,4
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,5	11,9	2,5	159	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	3,4	14,8	100	7,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	79	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	23	0
Итого			549	21,4	22,7	58	523	20,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	69	0,8
2012	479	БУЛОЧКА "ЗАВИТОК"	50	4,8	4,4	26	162	0,1
Итого			200	8,3	7,4	31,8	231	0,9
Ужин								
2012	211	ЛАПШЕВНИК С С ТВОРОГОМ	145	13,5	9,5	14,9	208	0,2
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,8	1,2	2,8	27	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
Итого			355	14,4	10,7	24,6	263	0,4
Всего				52,1	51,9	165,8	1362	36,7

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

15 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,3	6,3	18,4	155	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,8	84	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1	1,3		17	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,2		8,6	35	0
Итого			407	9,2	13,6	44,9	343	0,6
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	168	0,8	0,2	17	72	3,4
Итого			168	0,8	0,2	17	72	3,4
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45	2
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	5,7	6,8	11,7	131	14,6
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	12,1	13,3	3,2	181	0,5
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	3,5	17,2	113	8,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,6	99	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,1	0,1	7	33	0
Итого			693	25,4	27	71,4	632	25,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2012	479	БУЛОЧКА "ЗАВИТОК"	70	5,6	5,5	29,6	192	0,1
Итого			250	9,8	9,1	36,5	275	1
Ужин								
2012	211	ЛАПШЕВНИК С С ТВОРОГОМ	150	16,9	11,2	16,7	248	0,2
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	1,1	1,4	4,1	36	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36	0
Итого			390	18,1	12,6	29,7	320	0,4
Всего				63,3	62,5	199,5	1642	30,9

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

18 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,2	4,9	17,1	134	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,8	0,1	11,9	56	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,2		8,4	34	0
Итого			349	6,2	9,1	37,4	261	0,5
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	14	0,1		0,2	2	0,7
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	4,9	6,4	12,8	134	3,9
2008	311	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	150	13,2	14,2	19,7	261	0,7
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,5	0,3	16	77	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
Итого			504	20,7	20,9	55,4	501	5,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,3	25,6	143	0
Итого			215	6,8	6,9	32,5	226	0,9
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	10,4	3,2	1,5	76	0,4
2012	426	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	100	8,7	3,2	18,2	139	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,6	78	0
Итого			378	21,7	6,6	43,2	321	0,4
Всего				55,4	43,5	168,5	1309	7,1

Согласовано

Заведующая
МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
/Кичкирева О.А./**МЕНЮ**
18 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,7	5,8	20,2	156	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,6	78	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,2		8,6	35	0
Итого			400	7,4	11,8	45,5	321	0,6
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	18	0,1		0,3	2	0,9
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6	8,5	15,7	170	4,8
2008	311	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	15,7	16	25,1	308	0,8
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	3,3	0,4	21	101	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
Итого			628	25,1	24,9	69,7	611	6,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,6	4	7,7	92	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	53	3,9	5	38,7	216	0
Итого			253	8,5	9	46,4	308	1
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	75	11,7	3,3	2,2	86	0,4
2012	426	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	120	10,9	3,4	22,9	167	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,2	0,3	21,4	101	0
Итого			438	25,9	7	53,5	382	0,4
Всего				66,9	52,7	215,1	1622	8,5

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

19 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	160	4,6	5,2	19	146	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,2	12,9	61	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,6	2,1	11,4	77	0,5
Итого			351	9,2	11,6	43,3	321	1
Обед								
2012	56	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА КУРБУЛЬОНЕ	150	4,9	7	9,1	123	10,8
2012	291	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ КУР	130	13,2	14,8	20,5	269	0,7
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	0,6	2,1	17	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	38	2,4	0,3	15,3	74	0
Итого			498	20,8	22,7	54,6	513	12
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	69	0,8
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,8	4,4	26	162	0,1
Итого			200	8,3	7,4	31,8	231	0,9
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	5,1	6,5	1	88	0,1
2012	331	ОВОЩНОЕ РАГУ	120	2,4	4,8	12	103	17,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	18	85	0
Итого			401	10,3	11,5	37,9	304	17,5
Всего				48,6	53,2	167,6	1369	31,4

МЕНЮ
19 марта 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		
Завтрак								
			180	5,1	6,1	21,4	167	0,6
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	36	2,7	0,2	18	85	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	7		5,8	0,1	52	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	180	2,8	2,2	12,9	87	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	403	10,6	14,3	52,4	391	1,2
Итого								
Обед								
			200	5,6	7,9	11,2	143	11,9
2012	56	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА КУРБУЛЬОНЕ	150	15,3	16,4	23,8	306	0,8
2012	291	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ КУР	40	0,5	0,6	3,1	21	0,7
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ	150			7,6	30	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	47	3,1	0,4	20,1	97	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	587	24,5	25,3	65,8	597	13,4
Итого								
Полдник								
			180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	70	5,4	4,4	29,4	180	0,1
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	250	9,6	8	36,3	263	1
Итого								
Ужин								
			65	5,1	6,5	1	88	0,1
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	2,7	4,8	13,3	110	20,5
2012	331	ОВОЩНОЕ РАГУ	200	0,1		7,9	32	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	46	3,5	0,3	23,1	109	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	451	11,4	11,6	45,3	339	20,6
Итого								
Всего								
				56,1	59,2	199,8	1590	36,2

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

20 марта 2024 г.

Ясли 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								
			160	4,4	5,6	16,2	139	0,5
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,4	5,6	16,2	139	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	13,8	65	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1	1,2		16	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	160	1,9	1,6	9,5	63	0,4
Итого			357	9,4	12,7	39,5	320	0,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30	0,5	1,9	2,9	31	1,4
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ КУР	150	6,2	5,2	12,9	123	4,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	9,3	10,8	2,4	144	1,1
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	4,1	14,8	107	7,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	79	0
Итого			529	20,8	22,3	56,2	511	14,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	3,9	3,4	6,6	78	0,9
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			200	5,7	4,8	29,1	188	0,9
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	14,1	9,8	12,8	207	0,3
2008	411	СОУС СЛАДКИЙ	40			4,6	18	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
Итого			350	14,2	9,8	24,3	253	0,3
Всего				50,5	50	158,9	1319	26,4

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

20 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
			180	4,7	6,4	17,5	152	0,5
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,7	6,4	17,5	152	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,3	91	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,3	1,7		22	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,2	1,8	10,8	70	0,4
Итого			412	11,1	15,9	47,7	387	0,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	122	0,5	0,5	12	57	12,2
Итого			122	0,5	0,5	12	57	12,2
Обед								
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,6	1,9	3,4	34	1,6
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ КУР	200	7,3	6,9	15,2	152	5,2
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	10,7	12,2	2,7	163	1,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4,2	17,2	120	8,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,6	99	0
Итого			659	24,4	25,6	66,7	598	16,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,6	4	7,7	92	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,3	1,7	13,2	73	0
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			248	7,7	7,1	43,4	275	1
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	16,7	11	16,9	248	0,3
2008	411	СОУС СЛАДКИЙ	40			4,6	18	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
Итого			390	16,8	11	29,4	298	0,3
Всего				60,5	60,1	199,2	1615	30,9

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

21 марта 2024 г.

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								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,3	4,8	18,2	138	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,6	60	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,2		8,4	34	0
Итого			350	6,4	9,1	39,2	269	0,5
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,2	82	1,6
Итого			200	1	0,2	19,2	82	1,6
Обед								
2012	75	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150	4,8	6,8	11,4	127	3,8
2012	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	9,8	9,6	2,7	137	0,6
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,2	3,4	6,3	68	20,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,1	83	0
Итого			500	19,5	20,2	44,2	442	25,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	3,9	3,4	6,6	78	0,9
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	3,5	4,9	12	108	0
Итого			200	7,4	8,3	18,6	186	0,9
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,6	4,2	0,2	61	0
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,8	4,8	15,6	128	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,1	48	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
Итого			390	11	9,1	32,8	265	0,5
Всего				45,3	46,9	154	1244	28,8

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

21 марта 2024 г.

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								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,8	5,7	20,8	159	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,7	83	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,2		8,6	35	0
Итого			402	7,7	11,7	47,2	329	0,6
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,9	0,2	18,1	77	3,6
Итого			179	0,9	0,2	18,1	77	3,6
Обед								
2012	75	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	5,6	8,9	14,2	161	4,7
2012	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	11,2	11	2,8	154	0,7
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,5	3,4	7,2	73	23,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,4	103	0
Итого			620	22,6	23,7	53,2	521	29,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,6	4	7,7	92	1
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	45	5	5,7	16,8	143	0
Итого			245	9,6	9,7	24,5	235	1
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,6	4,2	0,2	61	0
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,2	4,9	18	142	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,6	50	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36	0
Итого			431	11,5	9,2	37,7	289	0,6
Всего				52,3	54,5	180,7	1451	35

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ "Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

22 марта 2024 г.

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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	3,8	4,6	16,5	126	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,7	60	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	165	2,6	2,3	10,8	77	0,6
Итого			355	8,3	11,2	40	300	1
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,2	82	1,6
Итого			200	1	0,2	19,2	82	1,6
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	16	0,1		0,3	2	0,8
2012	56	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРБУЛЬОНЕ	150	4,7	6	10,8	119	5,5
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10,5	12,2	16,6	220	8,9
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	25	1,6	0,2	10,1	49	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
Итого			491	16,9	18,4	44,5	417	15,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	69	0,8
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,5	4,3	24	153	0,1
Итого			200	8	7,3	29,8	222	0,9
Ужин								
2012	242	РЫБА ОТВАРНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТГОМ СОУСЕ	70	11,7	2,6	1,2	75	0,5
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3	22	129	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,8	27	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,8	84	0
Итого			385	17,5	5,8	47,8	315	0,5
Всего				51,7	42,9	181,3	1336	19,2

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ "Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

22 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,4	5,4	19,7	150	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,8	84	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3	2,6	12,2	88	0,6
Итого			407	10,1	14	49,8	374	1,1
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	171	0,9	0,2	17,3	74	3,4
Итого			171	0,9	0,2	17,3	74	3,4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	27	0,2		0,5	4	1,4
2012	56	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРБУЛЬОНЕ	200	5,4	7,8	12,3	145	6,2
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	12,1	13,5	20,1	252	10,7
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
Итого			637	21	21,7	61,7	533	18,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,5	5,4	30,6	194	0,1
Итого			250	9,7	9	37,5	277	1
Ужин								
2012	242	РЫБА ОТВАРНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	75	12,9	3,7	1,2	89	0,6
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,9	3,1	28,3	159	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,5	0,3	22,8	108	0
Итого			440	20,4	7,1	59,3	384	0,6
Всего				62,1	52	225,6	1642	24,4

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ
 25 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,4	5,6	16,2	139	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	12,2	58	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	1,6	1,2	9,8	58	0,3
Итого			349	7,9	11,1	38,2	292	0,8
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,2	82	1,6
Итого			200	1	0,2	19,2	82	1,6
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ КУР	150	6,2	5,2	12,9	123	4,5
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	9,3	10,8	2,4	144	1,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,1	3,7	20,1	128	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,4	17,6	85	0
2008		СУХАРИКИ	14	1,1	0,1	7,4	35	0
Итого			516	22,5	20,2	67,1	542	5,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	3,9	3,4	6,6	78	0,9
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			200	5,7	4,8	29,1	188	0,9
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	135	14,9	10,4	13,1	217	0,3
2008	411	СОУС СЛАДКИЙ	40			5,3	21	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
Итого			355	15	10,4	25,3	266	0,3
Всего				52,1	46,7	178,9	1370	9,2

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

25 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,9	6,6	18,6	159	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17,2	81	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,7	1,4	11,2	65	0,4
Итого			401	9,2	14	47,1	357	0,9
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ КУР	200	7,3	6,9	15,2	152	5,2
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	10,7	12,2	2,8	163	1,3
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,2	3,8	26,8	160	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22,1	106	0
2008		СУХАРИКИ	19	1,5	0,1	9,8	46	0
Итого			641	27,1	23,5	84,3	657	6,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,6	4	7,7	92	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,3	1,7	13,2	73	0
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			248	7,7	7,1	43,4	275	1
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	155	17,8	11,7	16,5	258	0,4
2008	411	СОУС СЛАДКИЙ	40			5,3	21	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
Итого			395	17,9	11,7	29,7	311	0,4
Всего				61,9	56,3	204,5	1600	8,8

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ "Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

26 марта 2024 г.

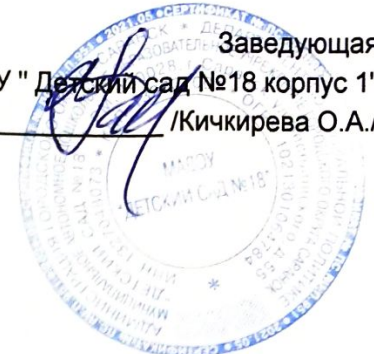
Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	160	4,5	5,1	18,9	146	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,9	0,2	12,2	58	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,5	2	11,3	76	0,5
Итого			349	8,9	11,4	42,4	317	1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,5	1,9	2,9	31	1,4
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	5	6,2	12,7	132	4
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ КУР	140	11,6	13,3	17,2	236	9,1
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	0,6	2,1	17	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,6	0,4	16,2	78	0
Итого			540	20	22,4	58,7	524	15
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	69	0,8
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,4	6,3	24,1	180	0,1
Итого			200	9,9	9,3	29,9	249	0,9
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	5,1	6,5	1	88	0,1
2012	331	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	120	2,3	2,9	11,1	81	14,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17	80	0
Итого			399	10,1	9,6	36	277	15
Всего				48,9	52,7	167	1367	31,9

Согласовано

Заведующая
МАДОУ "Детский сад №18 корпус 1"
/Кичкирева О.А./



МЕНЮ
26 марта 2024 г.
Сад 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	6,1	21,3	166	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17	80	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	12,7	85	0,6
Итого			401	10,5	14,3	51,1	383	1,2
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45	2
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	5,9	8,1	15,7	164	4,9
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ КУР	160	13,1	16,6	17,8	275	9,4
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	0,5	0,6	3,1	22	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,4	103	0
Итого			650	23,5	28,6	69,7	639	17,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	7,6	5,8	27,7	196	0,1
Итого			250	11,8	9,4	34,6	279	1
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	5,1	6,5	1	88	0,1
2012	331	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	140	2,6	2,9	12,9	90	17,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,3	0,3	21,9	103	0
Итого			449	11,1	9,7	43,7	313	17,2
Всего				56,9	62	199,1	1614	36,5

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичикрева О.А./

МЕНЮ

27 марта 2024 г.

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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	3,7	4,5	16,4	125	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,4	59	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1	1,2		16	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,7	2,2	10,7	77	0,5
Итого			355	9,3	12,2	39,5	314	0,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	107	0,4	0,4	10,5	51	10,8
Итого			107	0,4	0,4	10,5	51	10,8
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРБ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150	5,5	7,2	12,9	139	3,8
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	150	10,9	13,8	7,2	199	22,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	38	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			488	18,8	21,3	42,3	440	26,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	69	0,8
2008	453	ПАНЖАКАЙ	50	5	5,2	20,4	151	1,1
Итого			200	8,5	8,2	26,2	220	1,9
Ужин								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	80	1,5	2,3	12,4	77	6,5
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	80	11,2	5,4	2,3	105	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,4	82	0
Итого			375	15,4	7,9	39	292	6,7
Всего				52,4	50	157,5	1317	46,7

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

27 марта 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,3	5,4	19,5	149	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,4	82	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,3	1,7		22	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	12	86	0,6
Итого			409	11,2	15,6	49	391	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,7	56	12
Итого			120	0,5	0,5	11,7	56	12
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРБ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	6,2	9,2	15,3	171	4,6
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	185	12,5	15	8,7	223	27,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,4	98	0
Итого			613	21,9	24,6	52	522	31,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2008	453	ПАНЖАКАЙ	70	5,9	6,5	25,3	185	1,3
Итого			250	10,1	10,1	32,2	268	2,2
Ужин								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	100	1,9	3,4	15,3	100	8,3
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	90	13	5,5	2,3	113	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,3	105	0
Итого			435	18,4	9,2	47,8	350	8,5
Всего				62,1	60	192,7	1587	55,6

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

28 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,7	5,3	16,5	137	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,7	60	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1	1,2		16	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
Итого			375	7,7	10,8	36,1	278	0,5
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150	4,9	7,9	11,6	137	3,8
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	130/30	12,3	13,2	11	215	17,7
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,5	0,4	16,1	77	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,1	7,6	36	0
2008	411	КИСЕЛЬ	150			11,3	45	0
Итого			515	20,9	21,6	57,6	510	21,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	3,9	3,4	6,6	78	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,3	25,6	143	0
Итого			205	6,5	6,7	32,2	221	0,9
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ	135	5,6	6,7	29,9	204	0,2
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,8	1,2	2,8	27	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,7	2,2	11,6	80	0,5
Итого			325	9,1	10,1	44,3	311	0,9
Всего				44,2	49,2	170,2	1320	23,8

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

28 марта 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		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,4	6,3	18,5	157	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,8	84	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,3	1,7		22	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
Итого			409	9,5	14	45,3	351	0,6
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	5,9	9,9	15,2	175	4,7
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	150/40	14,2	14,9	13	245	19,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,7	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,1	102	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			15,1	61	0
Итого			641	25	25,3	75,1	633	24
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,6	4	7,7	92	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,3	1,7	13,2	73	0
2008		ПРЯНИКИ	31	1,8	1,5	23,3	114	0
Итого			249	7,7	7,2	44,2	279	1
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ	170	7,3	7,4	38,4	251	0,3
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	39	1	1,4	5,1	39	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	13	89	0,6
Итого			389	11,3	11,3	56,5	379	1,1
Всего				53,5	57,8	221,1	1642	26,7

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 Кичкирева О.А./

МЕНЮ

29 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,3	4,8	18,2	137	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,8	0,1	11,6	55	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	4	0,8	1		13	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,3	1,8	11,8	75	0,5
Итого			352	9,2	11,8	41,6	317	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	113	0,5	0,5	11,2	54	11,4
Итого			113	0,5	0,5	11,2	54	11,4
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,5	1,9	2,9	31	1,4
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150	5	6,5	9,7	118	11,3
2012	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	9,9	9,6	2,7	137	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	4,1	14,8	107	7,3
2008	411	КИСЕЛЬ	150			11,3	45	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	79	0
Итого			529	20,2	22,4	57,9	517	20,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	69	0,8
2012	454	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	50	4,5	4,5	25	159	0,7
Итого			200	8	7,5	30,8	228	1,5
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,6	4,2	0,2	61	0
2008	210	МАКАРОНЫ С САХАРОМ	110	3,7	3,1	25,4	145	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,5	0,2	16,3	77	0
2008	430	Ч.АЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	31	0
Итого			362	10,9	7,5	49,7	314	0
Всего				48,8	49,7	191,2	1430	34,5

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 /Кичкирева О.А./

МЕНЮ

29 марта 2024 г.

Сад 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								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,8	5,7	20,8	158	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,5	0,2	16,3	77	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	1,1	1,4		18	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,5	2	13,4	84	0,5
Итого			405	10,9	15,1	50,6	389	1,1
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	171	0,9	0,2	17,3	74	3,4
Итого			171	0,9	0,2	17,3	74	3,4
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45	2
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	5,9	8,5	12	149	14,5
2012	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	11,3	11	2,8	154	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,5	4,2	16,8	118	8,3
2008	411	КИСЕЛЬ	180			15,1	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,6	99	0
Итого			669	23,6	27	71,4	626	25,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2012	454	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	70	5,2	4,7	28,8	178	0,8
Итого			250	9,4	8,3	35,7	261	1,7
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,6	4,2	0,2	61	0
2008	210	МАКАРОНЫ С САХАРОМ	140	4,8	3,2	33	181	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	20,9	99	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,8	39	0
Итого			422	12,7	7,7	63,9	380	0
Всего				57,5	58,3	238,9	1730	31,7