

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад №4"
Коновалова /Коновалова Мария Ивановна/



МЕНЮ

19 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	224	Творожная запеканка со сладкой подливой (ясли)	150	18,6	16,9	10,8	271	0,4
		СЛАДКАЯ ПОДЛИВА	20			15,8	63	0
		Десерт Немолоко овсянный классический 1л. 3,2%	30					0
к/к	к/к	Кофейный напиток на молоке(ясли)	180	3	2,4	10,7	77	0,5
2008		Бутерброд с маслом с сыром	30/6/4	3,3	6,2	14,3	126	0
Итого			420	24,9	25,5	51,6	537	0,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	105	0,4	0,4	10,3	49	10,5
Итого			105	0,4	0,4	10,3	49	10,5
Обед								
2008	90	Рассольник с курицей и сметаной (ясли)	180	5,9	7,4	14,2	150	4
2008	287	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,7	13,8	7,4	196	0,6
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	120	1,4	0,9	7,7	44	3,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,5	81	0
Итого			580	20,6	22,4	51,6	494	8,2
Полдник								
		БИФИЛИН	200	6,6	4,9	10,7	118	0,6
2008	451	Плюшка с сахаром	70	5,9	4,5	32,4	193	0,2
Итого			270	12,5	9,4	43,1	311	0,8
Ужин								
2008	181	Каша пшенная	180	2,8	4	6,6	75	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,2	17	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,4	14	66	0
Итого			390	5,3	4,4	24,8	158	0,5
Всего				63,7	62,1	181,4	1549	20,9

Бухгалтер *Сизова* Сизова Н.Н.

Шеф повар *Дерова* Дерова А.П.