

Утверждаю

Заведующая

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

# МЕНЮ

29 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	105	Каша пшеничная	150	2,8	5,6	7,6	93	0,5
2008	105	Каша пшеничная(аллергики)	150					0
2008		Бутерброд С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/6/4	3,3	6,2	14,3	126	0
2008	432	Кофейный напиток на молоке	180	3	2,4	11,6	81	0,5
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>9,1</b>	<b>14,2</b>	<b>33,5</b>	<b>300</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,125	125	0,1		12,1	52	2,5
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,1</b>		<b>12,1</b>	<b>52</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>								
		Суп гороховый	180	6,7	5,1	10,7	114	3,1
2008	124	Картофельное пюре (ясли)	120	2,9	5,4	16,1	125	7,4
2008	234	Рыба кусочком , тушенная в овощах (ясли)	60	1,3	4	8,1	74	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,8	82	0
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>13,5</b>	<b>14,8</b>	<b>58,5</b>	<b>422</b>	<b>11,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	Кисель	180			15,8	63	0
		Печенье к кофе	40					0
<b>Итого</b>			<b>220</b>			<b>15,8</b>	<b>63</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	444	Оладьи с маслом(ясли)	150/40	6,4	8,3	33,9	234	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,2	21	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>6,5</b>	<b>8,3</b>	<b>39,1</b>	<b>255</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>29,2</b>	<b>37,3</b>	<b>159</b>	<b>1092</b>	<b>14,8</b>

Бухгалтер

*Сизова*

Сизова Н.Н.

Шеф повар

*Дерова*

Дерова А.П.

Утверждаю

Заведующая

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

# МЕНЮ

29 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	105	Каша пшенная	200	3,4	6,9	7,5	107	0,6
2008	105	Каша пшенная(аллергики)	200					0
2008	432	Кофейный напиток на молоке	200	3,5	2,9	12	89	0,6
2008		Бутерброд С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/8/6	4,6	8,3	19	170	0
<b>Итого</b>			<b>654</b>	<b>11,5</b>	<b>18,1</b>	<b>38,5</b>	<b>366</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,200	200	0,6		13	65	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,6</b>		<b>13</b>	<b>65</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
		Суп гороховый	200	7,4	8,6	10,5	148	3
2008	124	Картофельное пюре (сад)	150	3,3	4,6	18,9	131	8,8
2008	234	Рыба кусочком , тушенная в овощах (сад)	80	1,4	4	8,4	75	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21	103	0
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>15,4</b>	<b>17,6</b>	<b>67,5</b>	<b>492</b>	<b>12,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	Кисель	200			19,1	77	0
		Печенье к кофе	40					
<b>Итого</b>			<b>240</b>			<b>19,1</b>	<b>77</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	444	Оладьи с маслом(сад)	180/70	7,9	8,3	43,9	281	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>8</b>	<b>8,3</b>	<b>52</b>	<b>313</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>35,5</b>	<b>44</b>	<b>190,1</b>	<b>1313</b>	<b>13,9</b>

Бухгалтер Сизова Н.Н.

Шеф повар Дерова А.П.