

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 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 "Нежная "	150	5,1	5,6	20	150	0,5
2008	184	каша "Нежная "(аллергики)	150					0
к/к	к/к	Какао на молоке(ясли)	180	3,3	2,7	12,7	89	0,5
2008		Бутерброд с маслом с сыром	30/6/4	3,3	6,2	14,4	126	0
Итого			370	11,7	14,5	47,1	365	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	129	0,5	0,5	12,6	61	12,9
Итого			129	0,5	0,5	12,6	61	12,9
Обед								
2008	102	СУП ИЗ СБОРНЫХ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ (ясли)	180	5,6	7,1	7,8	118	7,6
2008	258	Тушеный картофель с курицей	180	13,3	15,8	16,7	262	9,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,5	81	0
Итого			580	21,5	23,2	48,8	492	17,1
Полдник								
2008	451	Булочка с изюмом	70	5,2	3,8	34,9	195	0,1
		БИФИЛИН	200	5,7	4,2	9,3	103	0,5
Итого			270	10,9	8	44,2	298	0,6
Ужин								
2008	236	Рыба под омлетом (ясли)	200	5,5	11,1	1,3	127	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,2	25	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,4	13,3	63	0
Итого			410	7,9	11,5	20,8	215	0,1
Всего				52,5	57,7	173,5	1431	31,7

Шеф повар

Дерова

Дерова А.П