

Утверждаю:

Заведующая ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./



**МЕНЮ**

01 Апреля 2024г

САД 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. н.к ар ты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность, ккал	Вита- Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле Воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	28	Молочная ячневая каша	200	7,6	7,8	27,2	199	0,8
к\к	к\к	Какао на молоке.	200	4,3	3,5	12,8	99	0,6
2010	182	Бутерброд с маслом, сыром.	40\6	3,8	7,4	13,6	136	0
		<b>Итого:</b>	<b>452</b>	<b>15,3</b>	<b>18,4</b>	<b>52,6</b>	<b>436,2</b>	<b>1,4</b>
<b>2 Завтрак</b>								
2008	13	Сок	200					
		<b>Итого:</b>	<b>200</b>					
<b>Обед</b>								
2010	134	Суп рассольник с курицей, сметаной.	250\11	9,3	9,9	17,4	196,8	
2010	23	Гречка рассыпчатая, куриная котлета.	150\80	15,4	13,9	18,2	224,0	
2010	55	Компот из с\ф	200	7,1	7,1	0	91,4	
2010	44	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
		Салат из свежей капусты с кукурузой.	60					
		<b>Итого:</b>	<b>791</b>					
<b>Полдник</b>								
2010	42	Молоко	200	5,8	5,0	8,0	106,0	
2010	22	Булочка домашняя.	80	6,2	5,1	31,7	198,0	
		<b>Итого:</b>	<b>280</b>					
<b>Ужин</b>								
2008	22	Ленивые вареники со сладкой подливой.	150\20	1,8	2,9	5,5	51,6	
2010	91	Чай с сахаром.	200	0,1	0	12,8	51,5	
2010	39	Хлеб пшеничный.	40	2,0	0,3	12,7	61,2	
		<b>Итого:</b>	<b>410</b>					

Утверждаю:

Заведующая: ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./



**МЕНЮ**

01 Апреля 2024г.

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		
<b>Завтрак</b>								
2010	28	Молочная ячневая каша	150	7,3	7,4	26,2	198	0,8
к\к	к\к	Какао на молоке.	150	4,1	3,3	12,6	97	0,6
2010	182	Бутерброд с маслом, сыром.	30\5\4	3,8	7,4	13,6	136	0
		<b>Итого:</b>	<b>339</b>	<b>15,2</b>	<b>18,1</b>	<b>52,4</b>	<b>431</b>	<b>1,4</b>
<b>2 Завтрак</b>								
		Сок	200					
		<b>Итого:</b>	<b>200</b>					
<b>Обед</b>								
2010	134	Суп рассольник с курицей, сметаной.	200\9	9,2	9,9	17,2	194,8	
2010	23	Гречка рассыпчатая, куриная котлета.	130\70	13,4	12,9	16,2	220,0	
2010	55	Компот из с\ф	150	7,1	7,1	0	91,4	
2010	44	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
		Салат из свежей капусты с кукурузой.	40					
		<b>Итого:</b>	<b>639</b>	<b>32,3</b>	<b>30,3</b>	<b>50,4</b>	<b>587,8</b>	
<b>Полдник</b>								
010	42	Молоко	200	5,8	5,0	8,0	106,0	
010	22	Булочка домашняя.	60	6,2	5,1	31,7	198,0	
		<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>12,0</b>	<b>10,1</b>	<b>39,7</b>	<b>304,0</b>	
<b>Ужин</b>								
008	22	Ленивые вареники со сладкой подливой.	130\20	1,5	2,6	5,3	51,5	
010	91	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
010	39	Хлеб пшеничный.	30	2,0	0,3	12,7	61,2	
		<b>Итого:</b>	<b>330</b>	<b>3,6</b>	<b>2,9</b>	<b>30,8</b>	<b>164,2</b>	