



Утверждаю.

Заведующая ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./

МЕНЮ

18 Марта 2024г.

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								
2010	29	Молочная манная каша .	200	6,0	7,1	26,8	195,7	0,8
к\к	к\к	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,6	17,5	106,9	0,6
2010	181	Бутерброд с маслом, сыром.	40\6\6	3,8	7,4	13,6	136	0
		Итого:	452	15,3	18,4	52,6	436,2	1,4
2 Завтрак								
2008	15	Сок	200					
		Итого:	200	1,8	0,4	16,2	86,0	13,0
Обед								
2010	131	Суп овощной с курицей, со сметаной.	250\11	5,7	6,8	6,9	116,4	
2010	21	Вермишелевая запеканка с курицей	250	6,3\10,3	5,7\8,1	35,2\4,9	200\130,1	
2010	56	Компот из с\ф	200	0	0	12,6	50,3	
2010	41	Хлеб ржаной.	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
		Салат из свежей капусты со свёклой.	60					
		Итого:	821	205,6	21,0	80,8	598,8	
Полдник								
2010	43	Молоко кипячённое.	200	5,6	4,9	9,4	116,0	
2010	23	Штоли.	80	4,9	4,6	29,9	177,8	
		Итого:	280	10,5	9,5	39,3	293,8	
Ужин								
2008	24	Творожный рисовый пудинг со сладкой подливой.	140\10	4,4	5,2	11,5	96,0	
2010	90	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36	Хлеб пшеничный.	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
		Итого:	340	7,6	5,4	44,4	242,2	



Утверждаю:

Заведующая: ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

Чукаева Г.М./

МЕНЮ

18 Марта 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		
Завтрак								
2010	29	Молочная манная каша .	150	6,0	7,1	26,8	195,7	0,8
к\к	к\к	Кофейный напиток на молоке	150	3,2	2,6	17,5	106,9	0,6
2010	181	Бутерброд с маслом, сыром.	30\5\4	3,8	7,4	13,6	136	0
		Итого:	339	13,0	17,1	57,9	438,6	1,4
2 Завтрак								
2008	15	Сок	200					
		Итого:	200	1,8	0,4	16,2	86,0	13,0
Обед								
2010	131	Суп овощной с курицей, со сметаной.	200\11	5,5	6,6	6,5	112,4	
2010	21	Вермишелевая запеканка с курицей	150	5,3\9,3	4,7\7,1	34,2\4,9	200\120,1	
2010	56	Компот из с\ф.	150	0	0	12,6	50,3	
2010	41	Хлеб ржаной.	40	3,3	0,4	21,2	102,0	
		Салат из свежей капусты со свёклой.	40					
		Итого:	591	23,4	18,4	79,4	584,8	
Полдник								
2010	43	Молоко кипячённое.	150	5,8	5,0	8,0	106,0	
2010	23	Штоли.	60	6,2	5,1	31,7	198,0	
		Итого:	210	12,0	10,1	39,7	304,0	
Ужин								
2008	24	Творожный рисовый пудинг со сладкой подливой.	130\20	3,4	4,2	10,5	95,0	
2010	90	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36	Хлеб пшеничный.	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
		Итого:	340	6,6	4,4	43,4	241,2	