

Утверждаю

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 73"  
/Баранова Н.Н./

# МЕНЮ

13 мая 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	179	КАША МАННАЯ НА СГУЩ. МОЛОКЕ	200	3,96	5,08	31,15	185,38	0,08
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,27	0,00	6,44	26,80	0,06
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	40/6	2,99	5,25	19,52	137,29	0,00
<b>Итого</b>			<b>446</b>	<b>7,22</b>	<b>10,33</b>	<b>57,11</b>	<b>349,47</b>	<b>0,14</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕН. ГОРОШКА	38	1,15	0,08	2,43	14,90	1,54
		СУП ПШЕННЫЙ НА КУР. БУЛЬОНЕ	200	2,74	6,51	6,83	96,79	0,07
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ КУР. МЯСА	20/50	13,67	16,88	5,18	228,05	2,30
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	130	5,37	5,49	34,24	207,97	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,78	31,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
<b>Итого</b>			<b>688</b>	<b>26,24</b>	<b>29,40</b>	<b>77,66</b>	<b>680,79</b>	<b>3,91</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	2,81	2,43	4,66	52,38	0,52
2012	460	КРЕНДЕЛЬ	50	4,99	1,17	32,18	159,32	0,14
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>7,80</b>	<b>3,60</b>	<b>36,84</b>	<b>211,70</b>	<b>0,66</b>
<b>Ужин</b>								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ, САХАРОМ	130	6,14	5,61	30,67	197,41	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,40	1,94	10,35	68,94	0,42
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>11,50</b>	<b>7,79</b>	<b>60,49</b>	<b>358,24</b>	<b>0,42</b>
<b>Всего</b>				<b>52,76</b>	<b>51,12</b>	<b>232,10</b>	<b>1 600,20</b>	<b>5,13</b>

Утверждаю

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 73"  
/Баранова Н.Н./

# МЕНЮ

13 мая 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>								
		КАША МАННАЯ НА СГУЩ. МОЛОКЕ	180	3,46	5,19	27,66	170,59	0,08
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,26	0,00	5,67	23,73	0,06
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	30/5	2,25	4,41	14,64	107,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>5,97</b>	<b>9,60</b>	<b>47,97</b>	<b>301,62</b>	<b>0,14</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕН. ГОРОШКА	38	1,15	0,08	2,42	14,83	1,53
		СУП ПШЕННЫЙ НА КУР, БУЛЬОНЕ	180	2,40	5,69	3,61	75,31	0,08
2012	117	ГУЛЯШ ИЗ КУР. МЯСА	20/40	11,63	14,53	3,74	193,01	2,17
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	120	4,30	4,73	27,39	169,52	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,12	20,48	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>588</b>	<b>22,13</b>	<b>25,38</b>	<b>59,24</b>	<b>554,73</b>	<b>3,78</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	2,81	2,43	4,66	52,38	0,52
2012	460	КРЕНДЕЛЬ	40	3,78	0,89	25,27	124,21	0,10
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>6,59</b>	<b>3,32</b>	<b>29,93</b>	<b>176,59</b>	<b>0,62</b>
<b>Ужин</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛО, САХАРОМ	120	4,91	4,58	25,02	160,76	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,37	1,94	9,45	65,30	0,42
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>9,50</b>	<b>6,70</b>	<b>49,07</b>	<b>294,98</b>	<b>0,42</b>
<b>Всего</b>				<b>44,19</b>	<b>45,00</b>	<b>186,21</b>	<b>1 327,92</b>	<b>4,96</b>