

Утверждаю:

Заведующая ЦПП МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./

МЕНЮ

22 Марта 2024г.

САД 12 часов

Сборник рецептур	№ тех.карты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность,ккал	Вита- Мин С, мг
				Белки,г	Жиры, г	Угле Воды,г		
Завтрак								
2010	39	Молочная каша «Дружба».	200	4,6	2,5	31,2	156,2	0
к\к	к\к	Кофейный напиток на молоке.	200	5,59	6,14	18,93	152,04	0
2010	181	Бутерброд с маслом, сыром.	40\6\6	3,8	7,4	13,6	136	
		<b>Итого:</b>	<b>452</b>	<b>13,99</b>	<b>16,04</b>	<b>63,73</b>	<b>444,24</b>	<b>1</b>
2 Завтрак								
2010	18			0,5	0	7,3	31,0	1
		<b>Итого:</b>		<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>7,3</b>	<b>31,0</b>	<b>1</b>
Обед								
2010	139	Суп вермишелевый с курицей, сметаной.	250\11	9,4	10,2	9,1	162,3	
2010	60	Картофель по- домашнему, куриная котлета.	150\80	17,3	19,4	23,3	256,3	
2010	56	Компот из с\ф.	200	0,35	0	16,63	66,65	
2010	41	Хлеб ржаной.	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
		Винегрет.	60					
		<b>Итого:</b>	<b>801</b>	<b>30,35</b>	<b>30,0</b>	<b>70,23</b>	<b>587,25</b>	
Полдник								
2010	43	Молоко	200	5,6	4,9	9,4	116,0	
2010	34	Печенье	25	23,85	2,98	22,02	152	
		<b>Итого:</b>	<b>225</b>	<b>29,45</b>	<b>26,92</b>	<b>31,42</b>	<b>268</b>	
Ужин								
2008	52	Оладьи со слив. маслом + Морковный салат с сахаром..	95\5\50	12,23	11,45	30,82	200,34	
2010	90	Чай с сахаром	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36			3,1	0,2	20,1	94,7	
		<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>15,43</b>	<b>11,65</b>	<b>63,72</b>	<b>346,54</b>	

Утверждаю.

Заведующая: ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./

МЕНЮ

22 Марта 2024г.

ЯСЛИ 12 часов

Сборник рецептур	№ тех.карты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность,ккал	Вита-Мин С,мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле Воды,г		
<b>Завтрак</b>								
2010	39	Молочная каша «Дружба».	150	4,2	1,9	29,2	151,2	0
к\к	к\к	Кофейный напиток на молоке.	150	3,0	3,26	14,7	97,5	0
2010	181	Бутерброд с маслом, сыром.	30\5\4	3,8	7,4	13,6	136	
		<b>Итого:</b>	<b>339</b>	<b>11,0</b>	<b>12,56</b>	<b>57,5</b>	<b>384,7</b>	<b>1</b>
<b>2 Завтрак</b>								
2010	18			0,5	0	7,3	31,0	1
		<b>Итого:</b>		<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>7,3</b>	<b>31,0</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2010	139	Суп вермишелевый с курицей, сметаной.	200\9	8,8	9,5	8,2	154,2	0
2010	60	Картофель по- домашнему, куриная котлета.	130\70	12,5	15,6	20,4	210,2	
2010	56	Компот из с\ф.	150	0,14	0	15,63	61,9	
2010	41	Хлеб ржаной.	40	3,3	0,4	21,2	102,0	
		Винегрет.	40					
		<b>Итого:</b>	<b>639</b>	<b>24,74</b>	<b>25,5</b>	<b>65,43</b>	<b>528,3</b>	
<b>Полдник</b>								
2010	43	Молоко	150					
2010	34	Печенье	25	23,85	2,98	22,02	152	
		<b>Итого:</b>	<b>175</b>	<b>29,65</b>	<b>7,98</b>	<b>30,02</b>	<b>258</b>	
<b>Ужин</b>								
2008	52	Оладьи со слив. маслом + Морковный салат с сахаром.	80\5\40	10,23	8,4	22,45	200,34	
2010	90	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36			3,1	0,2	20,1	94,7	
		<b>Итого:</b>	<b>275</b>	<b>13,3</b>	<b>8,6</b>	<b>55,35</b>	<b>346,54</b>	