

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 / Кислякова О.Ю./

МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Ясли 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								
2012	174	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ СМЕСИ КРУП (гречка, геркулес)	160	4,7	5,5	15,9	136	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	13,5	64	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,5	2	12,2	80	0,5
Итого			352	9,3	11,8	41,6	317	1
Обед								
2012	56	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА КУРБУЛЬОНЕ	150	4,9	7,8	9,2	128	10,8
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	9,8	10,4	2,6	143	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	4,1	14,9	108	7,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,6	0,4	16,3	79	0
2008	411	КИСЕЛЬ	150			11,3	45	0
Итого			501	19,5	22,7	54,3	503	18,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	178	4,2	3,6	6,9	82	0,9
2012	479	БУЛОЧКА "ЗАВИТОК"	50	4,8	4,4	26	162	0,1
Итого			228	9	8	32,9	244	1
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	10,6	3,3	1,6	79	0,4
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,2	4,1	6,1	73	20,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	18,9	89	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
Итого			383	15,8	7,6	33,5	269	21,1
Всего				53,6	50,1	162,3	1333	42

Согласовано

Заведующая
 МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"
 / Кислякова О.Ю/

МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	174	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ СМЕСИ КРУП (гречка, геркулес)	180	5,3	6,6	18,3	158	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	18,9	89	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	12,8	85	0,6
Итого			405	11	14,8	50,1	384	1,2
Обед								
2012	56	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА КУРБУЛЬОНЕ	200	5,6	8,6	11,2	146	12
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	11,5	12	3,2	166	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4,2	17,6	122	8,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,4	21,5	103	0
2008	411	КИСЕЛЬ	180			15,1	61	0
Итого			621	23,1	25,2	68,6	598	21,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	198	4,6	4	7,6	91	1
2012	479	БУЛОЧКА "ЗАВИТОК"	70	5,6	5,5	29,6	191	0,1
Итого			268	10,2	9,5	37,2	282	1,1
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	75	11,6	3,3	2,2	86	0,4
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,5	4,1	7,1	79	23,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,7	0,3	24,3	115	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,9	32	0
Итого			443	17,9	7,7	41,5	312	24,2
Всего				62,2	57,2	197,4	1576	47,9