



Утверждаю:
Заведующая: ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

Чукаева Г.М./

МЕНЮ

16 Мая 2024г.

САД 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карт	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность, ккал	Вита-Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле Воды, г		
Завтрак								
2010	39	Молочная гречневая каша.	200	5,7	10,86	20,98	209,84	0.
к\к	к\к	Кофейный напиток на молоке	200	5,59	6,14	18,93	152,04	0.
2010	181	Батон с маслом.	40\6	3,8	7,4	13,6	136	
		Итого:	446	15,09	24,4	53,51	497,88	1.
2 Завтрак								
2010	18			0,5	0	7,3	31,0	1.
		Итого:		0,5	0	7,3	31,0	1.
Обед								
2010	139	Борщ из свежей капусты с курицей, сметаной.	250\11	9,4	10,2	9,1	162,3	
2010	60	Гороховое пюре, куриная котлета.	150\80	16,1\11,48	6,0\12,89	40,4\20,7	271\191	
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	
		Итого:	741	40,63	29,49	108,03	792,95	
Полдник								
2010	43	Ряженка	200	5,6	4,9	9,4	116,0	
2010	34	Булочка домашняя.	80	23,85	2,98	22,02	152	
		Итого:	230	29,45	26,92	31,42	268	
Ужин								
2008	52	Рыба под омлетом.	200	3,0	5,2	5,6	88,6	
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:	390	6,2	5,4	38,5	234,8	

Утверждаю:

/ Заведующая: ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./

МЕНЮ

16 Мая 2024г.

ЯСЛИ 12 часов

Сборник рецептов	№ 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 гречневая каша.	150	4,31	8,99	14,43	159,84	0,0
к/к	к/к	Кофейный напиток на молоке	150	3,0	3,26	14,7	97,5	0,0
2010	181	Батон с маслом.	30\5	3,8	7,4	13,6	136	0,0
		Итого:	335	11,11	19,65	42,73	393,34	1,0
2 Завтрак								
2010	18			0,5	0	7,3	31,0	1,4
		Итого:		0,5	0	7,3	31,0	1,4
Обед								
2010	139	Борщ из свежей капусты с курицей, сметаной.	200\9	8,8	9,5	8,2	154,2	0,1
2010	60	Гороховое пюре, куриная котлета.	130\70	10,4\9,76	4,8\10,34	25,9\13,35	183\157	
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	
		Итого:	599	32,4	25,04	84,28	658,1	
Полдник								
2010	43	Ряженка	200	5,8	5,0	8,0	106,0	
2010	34	Булочка домашняя.	60	23,85	2,98	22,02	152	
		Итого:	260	29,65	7,98	30,02	258	
Ужин								
2008	52	Рыба под омлетом.	150	2,1	4,4	4,7	79,8	
2010	90	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36	Хлеб пшеничный.	30	3,1	0,2	20,1	94,7	
		Итого:	330	9,9	4,6	37,6	226	