

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №82"

/Фадеева Е.И./

**МЕНЮ**  
16 апреля 2024 г.  
Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (молоко, пшено, масло сливочное, соль, сахарный песок)	150	6,8	7,3	28,1	206	0,6
		БАТОН С МАСЛОМ (батон, масло сливочное)	30/5	2,2	4,8	13,6	106	0
		КОФЕ С МОЛОКОМ (молоко, сахарный песок, кофе)	150	3,5	2,9	12	89	0,6
		СЫР (сыр)	15	3,2	4,1		51	0,2
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>15,7</b>	<b>19,1</b>	<b>53,7</b>	<b>452</b>	<b>1,4</b>
<b>Обед</b>								
		ОВОЩНАЯ ИКРА (свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	40	0,6	3,8	3,1	49	1,6
		ЩИ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (мясо птицы, картофель, капуста свежая, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло растительное, томатная паста)	150	5	7	3,1	96	4,5
		ПЛОВ С КУРОЙ (мясо птицы, морковь, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное, томатная паста, соль, рис)	160	12,7	14,9	26,4	291	0,7
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)	150			5,9	24	22,4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,8	86	0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>21,1</b>	<b>26,1</b>	<b>56,3</b>	<b>546</b>	<b>29,2</b>
<b>Полдник</b>								
		СОК (сок)	150	0,8	0,2	17,2	78	4,7
		ПЛЮШКА (яйца куриные (шт.), мука, дрожжи, масло растительное, сахарный песок, молоко, соль)	60	5	2,8	27,9	155	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>5,8</b>	<b>3</b>	<b>45,1</b>	<b>233</b>	<b>4,8</b>
<b>Ужин</b>								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (молоко, макароны, сахарный песок, соль, масло сливочное)	220	4,5	5,2	15,1	126	0,6
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахарный песок)	150	0,2		6,3	26	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,1	0,2	14,4	68	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>6,8</b>	<b>5,4</b>	<b>35,8</b>	<b>220</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>49,4</b>	<b>53,6</b>	<b>190,9</b>	<b>1451</b>	<b>36</b>

Согласовано

Заведующая  
МАДОУ "Детский сад №82"  
/Фадеекина Е.И./

## МЕНЮ

16 апреля 2024 г.  
Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
		КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ (молоко, масло сливочное, пшено, соль, сахарный песок)	200	6,8	7	29,4	209	0,6
		БАТОН С МАСЛОМ (батон, масло сливочное)	30/6	2,2	5,2	13,6	111	0
		КОФЕ С МОЛОКОМ (молоко, сахарный песок, кофе)	200	3,5	2,9	12,4	90	0,6
		СЫР (сыр)	15					0
<b>Итого</b>			<b>451</b>	<b>12,5</b>	<b>15,1</b>	<b>55,4</b>	<b>410</b>	<b>1,2</b>
<b>Обед</b>								
		ОВОЩНАЯ ИКРА (свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	60	0,7	4,5	4,1	60	2,1
		ЩИ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (мясо птицы, картофель, капуста свежая, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло растительное, томатная паста)	200	5,7	8,1	3,8	111	4,7
		ПЛОВ С КУРОЙ (мясо птицы, рис, масло растительное, лук репчатый, морковь, соль, масло сливочное, томатная паста)	210	14,1	17	30	329	0,9
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)	200			6,3	25	20,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,5	0,5	22,3	107	0
<b>Итого</b>			<b>720</b>	<b>24</b>	<b>30,1</b>	<b>66,5</b>	<b>632</b>	<b>28,5</b>
<b>Полдник</b>								
		СОК (сок)	150	0,8	0,2	17,2	78	4,7
		ПЛЮШКА (яйца куриные (шт.), молоко, мука, масло растительное, сахарный песок, соль, дрожжи)	60	7,2	2,9	40,7	217	0,1
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>8</b>	<b>3,1</b>	<b>57,9</b>	<b>295</b>	<b>4,8</b>
<b>Ужин</b>								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЮ (молоко, макароны, сахарный песок, соль, масло сливочное)	220	5	7,4	19,2	164	0,6
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахарный песок)	200	0,2		6,8	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,1	0,2	14,4	68	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>7,3</b>	<b>7,6</b>	<b>40,4</b>	<b>260</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>51,8</b>	<b>55,9</b>	<b>220,2</b>	<b>1597</b>	<b>35,1</b>