



МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

Ясли (безлактозное меню)

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								
2008	183	КАША РИСОВАЯ	150	2,02	3,52	24,54	137,86	0,00
2008	433	КАКАО	153	0,79	0,49	6,78	35,13	0,00
2008		БАТОН	37	2,75	1,06	18,85	96,07	0,00
Итого			340	5,56	5,07	50,17	269,06	0,00
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150	0,05	0,01	6,62	27,78	0,96
Итого			150	0,05	0,01	6,62	27,78	0,96
Обед								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,43	0,32	15,54	74,79	0,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б	180	4,46	6,03	9,85	112,16	12,39
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С СЕРДЦЕМ	169	9,07	5,12	18,76	158,06	10,36
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	42	0,66	3,28	3,86	47,57	1,82
Итого			578	16,62	14,75	54,46	418,38	24,57
Полдник								
к/к		БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	68	5,98	5,28	30,36	192,72	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,33	0,00	8,19	34,06	0,00
Итого			218	6,31	5,28	38,55	226,78	0,00
Ужин								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,13	0,00	6,72	27,40	0,03
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	150	5,94	4,73	27,15	174,92	0,65
Итого			330	8,29	4,91	48,47	271,24	0,68
Всего				36,83	30,02	198,27	1 213,24	26,21



МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

Сад (безлактозное меню)

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								
2008	183	КАША РИСОВАЯ	200	2,55	4,25	32,81	179,61	0,00
2008	433	КАКАО	201	0,47	0,29	6,00	28,83	0,00
2008		БАТОН	37	2,75	1,06	18,85	96,07	0,00
Итого			438	5,77	5,60	57,66	304,51	0,00
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,05	0,01	5,98	25,20	0,96
Итого			200	0,05	0,01	5,98	25,20	0,96
Обед								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С СЕРДЦЕМ	199	10,31	6,05	20,68	179,09	11,30
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,18	0,42	20,35	97,90	0,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б	200	5,05	5,26	10,61	110,80	13,06
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,86	2,00	5,01	41,45	2,36
Итого			707	19,40	13,73	62,46	452,46	26,72
Полдник								
к/к		БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	76	5,98	5,40	37,64	223,01	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,20	0,00	6,85	28,19	0,00
Итого			276	6,18	5,40	44,49	251,20	0,00
Ужин								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	170	6,35	5,49	29,04	191,02	0,68
Итого			410	9,43	5,73	54,56	307,58	0,70
Всего				40,83	30,47	225,15	1 340,95	28,38

Заведующая
ЦРР-ДС №14"
Калачина А.П./

Ясли

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								
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,60	3,06	11,28	87,93	0,62
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	36/6	3,97	2,61	18,85	115,22	0,04
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	4,18	4,71	17,24	128,77	0,62
			342	11,75	10,38	47,37	331,92	1,28
Итого								
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150	0,05	0,01	5,26	22,34	0,96
			150	0,05	0,01	5,26	22,34	0,96
Итого								
Обед								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С СЕРДЦЕМ	168	8,94	7,30	18,19	174,76	9,85
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,61	22,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,43	0,32	15,54	74,79	0,00
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,64	2,09	3,75	36,36	1,78
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180/9	4,49	5,67	9,69	111,01	11,84
			584	16,50	15,38	52,78	419,33	23,47
Итого								
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,20	3,63	6,95	78,30	0,78
к/к		ШТОЛИ	58	5,38	5,44	32,07	198,68	0,16
			207	9,58	9,07	39,02	276,98	0,94
Итого								
Ужин								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	144/15	19,15	13,45	23,54	295,15	0,26
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	5,82	23,67	0,02
			339	21,48	13,63	43,96	387,74	0,28
Итого								
Всего				59,36	48,47	188,39	1 438,31	26,93

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ "НРР-ДС №14"

/Калачина А.П./

МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

Сад

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	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,93	3,31	11,99	94,64	0,68
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	36/6	4,02	2,68	18,85	116,02	0,04
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	4,74	4,88	21,28	148,89	0,68
Итого			442	12,69	10,87	52,12	359,55	1,40
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,05	0,01	6,01	25,32	0,96
Итого			200	0,05	0,01	6,01	25,32	0,96
Обед								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С СЕРДЦЕМ	197	10,08	9,05	20,63	204,95	11,19
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,84	23,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,18	0,42	20,35	97,90	0,00
2012	33	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,87	1,98	5,06	41,44	2,38
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/11	5,17	6,23	10,68	123,32	12,90
Итого			716	19,30	17,68	62,56	490,95	26,47
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	5,62	4,84	9,29	104,49	1,04
к/к		ШТОЛИ	68	6,19	6,39	37,45	232,18	0,16
Итого			267	11,81	11,23	46,74	336,67	1,20
Ужин								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	152/15	22,55	14,87	24,47	325,90	0,30
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,08	24,79	0,02
Итого			397	24,89	15,05	45,15	419,61	0,32
Всего				68,74	54,84	212,58	1 632,10	30,35