

Утверждаю



Заведующая

МАДОУ "ЦРР-ДС №14"

Капачина А.П./

МЕНЮ

19 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 | 199 | 3,90 | 3,29 | 11,94 | 94,09 | 0,67 |
| 2008 | 184 | КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 5,57 | 7,53 | 20,10 | 171,18 | 0,62 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 36/6 | 4,02 | 2,67 | 18,85 | 115,98 | 0,04 |
| Итого | | | 441 | 13,49 | 13,49 | 50,89 | 381,25 | 1,33 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 200 | 0,05 | 0,01 | 6,00 | 25,30 | 0,96 |
| Итого | | | 200 | 0,05 | 0,01 | 6,00 | 25,30 | 0,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 5,83 | 23,32 | 0,00 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 66 | 7,37 | 11,65 | 4,92 | 154,05 | 1,28 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 5,35 | 4,15 | 24,15 | 155,11 | 0,00 |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 75 | 0,98 | 3,10 | 4,96 | 52,38 | 5,85 |
| 2012 | 109 | СУП С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ | 200/50 | 8,05 | 7,80 | 25,33 | 207,82 | 3,89 |
| Итого | | | 721 | 21,75 | 26,70 | 65,19 | 592,68 | 11,02 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 0,18 | 0,00 | 6,80 | 27,93 | 0,00 |
| к/к | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" | 66 | 5,56 | 5,11 | 31,01 | 192,30 | 0,16 |
| Итого | | | 266 | 5,74 | 5,11 | 37,81 | 220,23 | 0,16 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,12 | 0,00 | 6,07 | 24,77 | 0,02 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 34 | 2,51 | 0,20 | 16,55 | 78,10 | 0,00 |
| 2008 | 134 | ОВОЩНОЕ РАГУ | 199 | 3,54 | 5,12 | 19,06 | 137,82 | 23,53 |
| Итого | | | 433 | 6,17 | 5,32 | 41,68 | 240,69 | 23,55 |
| Всего | | | | 47,20 | 50,63 | 201,57 | 1 460,15 | 37,02 |



МЕНЮ

19 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 | 433 | КАКАО | 201 | 0,47 | 0,29 | 6,00 | 28,83 | 0,00 |
| 2008 | 184 | КАША ОВСЯНАЯ | 200 | 2,11 | 1,05 | 14,10 | 74,30 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 37 | 2,75 | 1,06 | 18,85 | 96,07 | 0,00 |
| Итого | | | 438 | 5,33 | 2,40 | 38,95 | 199,20 | 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 | 0,00 |
| 2012 | 109 | СУП С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ | 200/50 | 7,55 | 6,21 | 25,22 | 187,19 | 3,97 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 5,33 | 3,34 | 24,12 | 147,58 | 0,00 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 71 | 7,70 | 10,67 | 6,33 | 152,46 | 1,64 |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 75 | 0,99 | 4,12 | 4,98 | 61,60 | 5,83 |
| Итого | | | 726 | 21,57 | 24,34 | 66,46 | 572,05 | 11,44 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,85 | 28,19 | 0,00 |
| к/к | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" | 69 | 5,21 | 3,36 | 29,73 | 169,78 | 0,00 |
| Итого | | | 269 | 5,41 | 3,36 | 36,58 | 197,97 | 0,00 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,12 | 0,00 | 6,05 | 24,67 | 0,02 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 34 | 2,51 | 0,20 | 16,55 | 78,10 | 0,00 |
| 2008 | 134 | ОВОЩНОЕ РАГУ | 200 | 3,58 | 2,38 | 19,27 | 114,22 | 23,76 |
| Итого | | | 434 | 6,21 | 2,58 | 41,87 | 216,99 | 23,78 |
| Всего | | | | 38,57 | 32,69 | 189,84 | 1 211,41 | 36,18 |

Заведующая
МАДОУ "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 | 184 | КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 4,78 | 6,26 | 16,21 | 141,05 | 0,57 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 36/6 | 4,03 | 2,69 | 18,85 | 116,20 | 0,04 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 149 | 3,54 | 3,01 | 11,51 | 88,17 | 0,62 |
| Итого | | | 341 | 12,35 | 11,96 | 46,57 | 345,42 | 1,23 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ | 150 | 0,05 | 0,01 | 5,22 | 22,18 | 0,96 |
| Итого | | | 150 | 0,05 | 0,01 | 5,22 | 22,18 | 0,96 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 5,89 | 23,56 | 0,00 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 4,71 | 4,00 | 21,24 | 139,66 | 0,00 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 57 | 6,67 | 10,26 | 4,20 | 135,95 | 1,18 |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 50 | 0,86 | 3,14 | 4,36 | 49,80 | 4,99 |
| 2012 | 109 | СУП С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ | 180/40 | 7,16 | 7,38 | 21,57 | 184,99 | 3,80 |
| Итого | | | 587 | 19,40 | 24,78 | 57,26 | 533,96 | 9,97 |
| Полдник | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 0,17 | 0,00 | 6,79 | 27,88 | 0,00 |
| к/к | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" | 56 | 4,84 | 5,10 | 27,12 | 173,82 | 0,13 |
| Итого | | | 206 | 5,01 | 5,10 | 33,91 | 201,70 | 0,13 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 6,10 | 24,81 | 0,02 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 27 | 1,97 | 0,16 | 12,98 | 61,26 | 0,00 |
| 2008 | 134 | ОВОЩНОЕ РАГУ | 169 | 3,22 | 5,28 | 17,28 | 130,74 | 21,34 |
| Итого | | | 346 | 5,29 | 5,44 | 36,36 | 216,81 | 21,36 |
| Всего | | | | 42,10 | 47,29 | 179,32 | 1 320,07 | 33,65 |

Утверждаю



Заведующая

МАДОУ ЦРР-ДС №14"

Капачина А.П./

МЕНЮ

19 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 | 433 | КАКАО | 153 | 0,79 | 0,49 | 6,78 | 35,13 | 0,00 |
| 2008 | 184 | КАША ОВСЯНАЯ | 150 | 1,57 | 0,78 | 10,81 | 56,46 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 37 | 2,75 | 1,06 | 18,85 | 96,07 | 0,00 |
| Итого | | | 340 | 5,11 | 2,33 | 36,44 | 187,66 | 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 |
| 2012 | 109 | СУП С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ | 180/40 | 7,36 | 7,75 | 21,36 | 184,88 | 3,79 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 4,84 | 4,50 | 21,93 | 147,35 | 0,00 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 60 | 6,74 | 9,29 | 4,43 | 128,55 | 1,49 |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 51 | 0,91 | 3,43 | 4,51 | 53,18 | 5,49 |
| Итого | | | 591 | 19,85 | 24,97 | 58,68 | 539,76 | 10,77 |
| Полдник | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 0,33 | 0,00 | 8,19 | 34,06 | 0,00 |
| к/к | к/к | БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" | 66 | 5,55 | 5,21 | 25,98 | 172,83 | 0,00 |
| Итого | | | 216 | 5,88 | 5,21 | 34,17 | 206,89 | 0,00 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,13 | 0,00 | 6,72 | 27,40 | 0,03 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 27 | 1,97 | 0,16 | 12,98 | 61,26 | 0,00 |
| 2008 | 134 | ОВОЩНОЕ РАГУ | 172 | 3,28 | 3,63 | 17,62 | 117,57 | 21,62 |
| Итого | | | 349 | 5,38 | 3,79 | 37,32 | 206,23 | 21,65 |
| Всего | | | | 36,27 | 36,31 | 173,23 | 1 168,32 | 33,38 |