

Заведующая
МАДОУ "ЦРР-ДС №14"
(Калачина А.П.)



Сад

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита- мин С, мг |
|-------------------|---------------|----------------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 | 0,00 | 0,00 | 22,22 | 88,91 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 5,78 | 6,76 | 24,35 | 181,65 | 0,68 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 32/6 | 2,53 | 5,13 | 17,17 | 125,03 | 0,00 |
| Итого | | | 438 | 8,31 | 11,89 | 63,74 | 395,59 | 0,68 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК АБРИКОСОВЫЙ | 148 | 0,74 | 0,00 | 18,80 | 81,40 | 5,92 |
| Итого | | | 148 | 0,74 | 0,00 | 18,80 | 81,40 | 5,92 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 5,79 | 23,14 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 36 | 2,38 | 0,32 | 15,26 | 73,43 | 0,00 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200/11 | 5,18 | 6,23 | 10,68 | 123,55 | 12,91 |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 62 | 0,85 | 3,09 | 4,32 | 49,04 | 5,26 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 68 | 7,84 | 12,11 | 5,01 | 160,58 | 1,16 |
| 2012 | 204 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 128 | 4,61 | 3,95 | 29,43 | 171,94 | 0,00 |
| Итого | | | 705 | 20,86 | 25,70 | 70,49 | 601,68 | 19,33 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,62 | 4,84 | 9,29 | 104,59 | 1,04 |
| к/к | 454 | ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ | 68 | 6,74 | 5,85 | 36,26 | 225,05 | 6,60 |
| Итого | | | 268 | 12,36 | 10,69 | 45,55 | 329,64 | 7,64 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,12 | 0,00 | 6,03 | 24,58 | 0,02 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 44 | 3,26 | 0,26 | 21,42 | 101,07 | 0,00 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ С СЫРОМ | 109 | 9,39 | 12,38 | 2,23 | 158,67 | 0,23 |
| 2012 | | САЛАТ "КАРТОФЕЛЬНЫЙ" | 62 | 0,92 | 2,08 | 6,75 | 49,69 | 3,54 |
| Итого | | | 415 | 13,69 | 14,72 | 36,43 | 334,01 | 3,79 |
| Всего | | | | 55,96 | 63,00 | 235,01 | 1 742,32 | 37,36 |

Утверждаю



Заведующая
МАДОУ "ЦРР-ДС №14"
Калачина А.П.

МЕНЮ

8 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 | 411 | КИСЕЛЬ | 203 | 0,00 | 0,00 | 23,95 | 95,78 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ | 200 | 2,20 | 0,21 | 18,93 | 85,69 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 33 | 2,50 | 0,97 | 17,13 | 87,33 | 0,00 |
| Итого | | | 436 | 4,70 | 1,18 | 60,01 | 268,80 | 0,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК АБРИКОСОВЫЙ | 148 | 0,74 | 0,00 | 18,80 | 81,40 | 5,92 |
| Итого | | | 148 | 0,74 | 0,00 | 18,80 | 81,40 | 5,92 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 36 | 2,38 | 0,32 | 15,26 | 73,43 | 0,00 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б | 200 | 5,05 | 5,26 | 10,61 | 110,80 | 13,06 |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 63 | 0,86 | 4,10 | 4,36 | 58,38 | 5,29 |
| 2012 | 204 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 134 | 4,69 | 4,43 | 30,09 | 179,14 | 0,00 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 72 | 8,13 | 11,19 | 5,96 | 157,12 | 1,30 |
| Итого | | | 705 | 21,11 | 25,30 | 72,09 | 602,09 | 19,65 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,85 | 28,19 | 0,00 |
| к/к | 454 | ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ | 72 | 6,58 | 5,43 | 36,08 | 219,60 | 6,60 |
| Итого | | | 272 | 6,78 | 5,43 | 42,93 | 247,79 | 6,60 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,12 | 0,00 | 6,05 | 24,67 | 0,02 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 44 | 3,26 | 0,26 | 21,42 | 101,07 | 0,00 |
| 2012 | | САЛАТ "КАРТОФЕЛЬНЫЙ" | 64 | 0,94 | 2,12 | 6,85 | 50,54 | 3,61 |
| Итого | | | 348 | 9,42 | 6,98 | 34,62 | 239,28 | 3,63 |
| Всего | | | | 42,75 | 38,89 | 228,45 | 1 439,36 | 35,80 |

Утверждаю



Заведующая
МАДОУ "ЦРР-ДС №14"
/Калачина А.П./

МЕНЮ

8 апреля 2024 г.

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 | 411 | КИСЕЛЬ | 150 | 0,00 | 0,00 | 17,20 | 68,80 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 4,92 | 5,75 | 20,67 | 154,32 | 0,57 |
| 2012 | | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 34/5 | 2,68 | 4,78 | 18,26 | 126,86 | 0,00 |
| Итого | | | 339 | 7,60 | 10,53 | 56,13 | 349,98 | 0,57 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 125 | 0,60 | 0,12 | 12,22 | 52,04 | 1,00 |
| Итого | | | 125 | 0,60 | 0,12 | 12,22 | 52,04 | 1,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 5,72 | 22,87 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 180/9 | 4,52 | 5,37 | 10,07 | 109,71 | 11,99 |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 42 | 0,79 | 3,27 | 3,83 | 48,44 | 5,10 |
| 2012 | 204 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 109 | 3,95 | 3,38 | 25,21 | 147,08 | 0,00 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 59 | 7,10 | 10,45 | 4,44 | 140,40 | 1,04 |
| Итого | | | 579 | 18,35 | 22,73 | 61,99 | 529,69 | 18,13 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,22 | 3,64 | 6,98 | 78,57 | 0,78 |
| к/к | 454 | ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ | 58 | 6,17 | 5,83 | 32,40 | 206,91 | 6,17 |
| Итого | | | 208 | 10,39 | 9,47 | 39,38 | 285,48 | 6,95 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 5,92 | 24,07 | 0,02 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ С СЫРОМ | 110 | 9,16 | 11,65 | 2,23 | 150,84 | 0,23 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 33 | 2,46 | 0,20 | 16,23 | 76,57 | 0,00 |
| 2012 | | САЛАТ "КАРТОФЕЛЬНЫЙ" | 42 | 0,67 | 1,90 | 4,99 | 39,92 | 2,64 |
| Итого | | | 335 | 12,39 | 13,75 | 29,37 | 291,40 | 2,89 |
| Всего | | | | 49,33 | 56,60 | 199,09 | 1 508,59 | 29,54 |



МЕНЮ

8 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 | 411 | КИСЕЛЬ | 151 | 0,00 | 0,00 | 18,66 | 74,66 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ | 150 | 1,67 | 0,16 | 14,64 | 66,08 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 33 | 2,50 | 0,97 | 17,13 | 87,33 | 0,00 |
| Итого | | | 334 | 4,17 | 1,13 | 50,43 | 228,07 | 0,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 127 | 0,61 | 0,13 | 12,41 | 52,84 | 1,01 |
| Итого | | | 127 | 0,61 | 0,13 | 12,41 | 52,84 | 1,01 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,45 | 25,80 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2012 | 204 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 110 | 3,91 | 3,70 | 25,07 | 149,25 | 0,00 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА К/Б | 180 | 4,46 | 6,03 | 9,85 | 112,16 | 12,39 |
| 2008 | 51 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 42 | 0,78 | 3,42 | 3,96 | 50,28 | 4,95 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ | 62 | 7,15 | 9,72 | 4,43 | 134,09 | 1,51 |
| Итого | | | 574 | 18,29 | 23,13 | 62,48 | 532,77 | 18,85 |
| Полдник | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 0,33 | 0,00 | 8,19 | 34,06 | 0,00 |
| к/к | 454 | ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ | 62 | 6,57 | 5,31 | 30,26 | 195,15 | 5,97 |
| Итого | | | 212 | 6,90 | 5,31 | 38,45 | 229,21 | 5,97 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,13 | 0,00 | 6,72 | 27,40 | 0,03 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 33 | 2,46 | 0,20 | 16,23 | 76,57 | 0,00 |
| 2012 | | САЛАТ "КАРТОФЕЛЬНЫЙ" | 41 | 0,71 | 3,37 | 5,30 | 54,52 | 2,75 |
| Итого | | | 264 | 8,40 | 8,17 | 28,55 | 221,49 | 2,78 |
| Всего | | | | 38,37 | 37,87 | 192,32 | 1 264,38 | 28,61 |