

Утверждаю



Заведующая
МАОУ "ЦРР-ДС №14"
Капачина А.П./

МЕНЮ

4 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								
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	33/5	2,53	5,31	17,17	126,67	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,54	2,91	12,02	89,19	0,62
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	5,03	6,46	21,95	166,78	0,57
Итого			338	11,10	14,68	51,14	382,64	1,19
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	136	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Итого			136	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Обед								
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180/5	6,33	6,92	17,93	162,40	3,69
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	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	61	9,65	13,18	1,53	163,18	0,78
2012	34	САЛАТ "СВЕТОФОР"	40	0,57	2,09	3,01	33,29	1,25
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,18	4,66	19,39	132,75	9,15
Итого			583	22,16	27,17	63,01	588,82	14,87
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,14	1,50	11,35	63,63	0,00
Итого			165	5,36	5,14	18,33	142,20	0,78
Ужин								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	5,82	23,67	0,02
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	150	18,40	11,52	2,16	185,70	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	1,97	0,16	12,98	61,26	0,00
Итого			327	20,48	11,68	20,96	270,63	0,55
Всего				59,73	58,80	165,82	1 438,04	19,89



МЕНЮ

4 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	190	КАША "ДРУЖБА"	200	2,52	4,43	21,72	136,78	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,20	0,00	6,85	28,19	0,00
2008		БАТОН	33	2,50	0,97	17,13	87,33	0,00
Итого			433	5,22	5,40	45,70	252,30	0,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	55	0,22	0,22	5,35	25,64	5,46
Итого			55	0,22	0,22	5,35	25,64	5,46
Обед								
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б	200	6,99	6,33	20,31	166,36	4,06
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,05	0,40	19,50	93,82	0,00
2008	257	КУРИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	71	7,88	11,62	1,41	141,69	0,89
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	131	2,31	4,35	18,78	123,62	9,50
2012	34	САЛАТ "СВЕТОФОР"	60	0,72	2,00	3,76	36,15	1,56
Итого			708	20,95	24,70	69,57	584,86	16,01
Полдник								
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	46	2,73	0,21	26,48	118,76	0,03
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
Итого			246	2,85	0,21	32,53	143,43	0,05
Ужин								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,67	0,21	17,52	82,70	0,00
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	150	20,61	8,95	0,27	163,63	0,40
Итого			386	23,40	9,16	23,84	271,00	0,42
Всего				52,64	39,69	176,99	1 277,23	21,94



МЕНЮ

4 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150	1,92	3,65	16,96	108,32	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,33	0,00	8,19	34,06	0,00
2008		БАТОН	33	2,50	0,97	17,13	87,33	0,00
Итого			333	4,75	4,62	42,28	229,71	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	137	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Итого			137	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Обед								
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б	180	6,90	7,68	18,56	170,99	3,63
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
2008	257	КУРИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	61	7,43	10,54	1,17	129,12	0,78
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	111	1,90	3,61	15,49	102,24	7,84
2012	34	САЛАТ "СВЕТОФОР"	44	0,62	3,28	3,25	45,19	1,36
Итого			583	19,28	25,43	60,46	548,13	13,61
Полдник								
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	34	2,01	0,16	19,38	87,01	0,02
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,13	0,00	6,72	27,40	0,03
Итого			184	2,14	0,16	26,10	114,41	0,05
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
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	129	19,49	8,26	0,27	152,97	0,38
Итого			306	21,59	8,42	19,97	241,63	0,41
Всего				48,39	38,76	161,19	1 187,63	16,57



МЕНЮ
4 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								
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,86	3,15	12,88	96,20	0,68
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/6	2,53	5,89	17,18	131,97	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	5,90	7,46	27,51	201,43	0,62
Итого			439	12,29	16,50	57,57	429,60	1,30
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	55	0,22	0,22	5,35	25,64	5,46
Итого			55	0,22	0,22	5,35	25,64	5,46
Обед								
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200/6	7,10	7,46	19,92	179,18	4,08
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,78	23,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,05	0,40	19,50	93,82	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	9,84	14,14	1,59	172,89	0,82
2012	34	САЛАТ "СВЕТОФОР"	59	0,69	2,00	3,73	36,06	1,54
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,47	5,45	20,72	146,10	9,73
Итого			711	24,15	29,45	71,24	651,15	16,17
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	4,85	9,30	104,67	1,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
Итого			225	7,51	7,30	27,90	208,92	1,04
Ужин								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,02	24,54	0,02
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	170	19,51	11,24	2,15	187,68	0,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,67	0,21	17,52	82,70	0,00
Итого			406	22,30	11,45	25,69	294,92	0,57
Всего				66,47	64,92	187,75	1 610,23	24,54