

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №82"

/Фадеекина Е.И./

МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		КАША "ГЕРКУЛЕС" НА МОЛОКЕ (геркулес, молоко, масло сливочное , соль, сахарный песок)	150	5,7	7,2	20,2	169	0,6
		БАТОН С МАСЛОМ (батон, масло сливочное)	30/5	2,2	4,3	13,5	102	0
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, какао, сахарный песок)	150	3,4	3	13,2	94	0,6
Итого			335	11,3	14,5	46,9	365	1,2
II Завтрак								
		СОК (сок)	150	0,7	0,1	15,4	70	4,2
Итого			150	0,7	0,1	15,4	70	4,2
Обед								
		ОВОЩНАЯ ИКРА (свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	40	0,9	4	4,7	59	2,2
		ЩИ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (мясо птицы, картофель, капуста свежая, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло растительное, томатная паста)	150	5,1	6	3,3	86	4
		ПЛОВ С КУРОЙ (мясо птицы, морковь, лук репчатый, масло растительное, масло сливочное , томатная паста, соль, рис)	180	12,8	13,9	25,9	280	0,7
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)	150			7,6	30	22,4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	18	87	0
Итого			560	21,6	24,3	59,5	542	29,3
Полдник								
		МОЛОКО (молоко)	150	4,2	3,6	6,9	78	0,8
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,5	1,9	14,5	81	0
Итого			175	5,7	5,5	21,4	159	0,8
Ужин								
		ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА (яйца куриные (шт.), капуста свежая, манка, молоко, масло растительное, масло сливочное , соль, лук репчатый)	220	5	8,1	12	142	12,8
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай , сахарный песок)	150	0,2		7,9	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	1,9	0,2	13	61	0
Итого			400	7,1	8,3	32,9	235	12,8
Всего				46,4	52,7	176,1	1371	48,3

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Детский сад №82"

/Фадеекина Е.И./

МЕНЮ

24 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		КАША "ГЕРКУЛЕС" НА МОЛОКЕ (геркулес, молоко, масло сливочное , сахарный песок, соль)	200	5,7	7,5	19,9	171	0,6
		БАТОН С МАСЛОМ (батон, масло сливочное)	30/6	2,2	5,3	13,6	111	0
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, какао, сахарный песок)	200	3,5	3,1	14,5	100	0,6
Итого			436	11,4	15,9	48	382	1,2
II Завтрак								
		СОК (сок)	150	0,7	0,1	15,4	70	4,2
Итого			150	0,7	0,1	15,4	70	4,2
Обед								
		ОВОЩНАЯ ИКРА (свекла, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	60	0,9	4,1	4,7	60	2,2
		ЩИ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (мясо птицы, картофель, капуста свежая, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло растительное, томатная паста)	200	5,7	7,6	3,8	108	4,2
		ПЛОВ С КУРОЙ (мясо птицы, рис, масло растительное, лук репчатый, морковь, соль, масло сливочное , томатная паста)	190	14,1	16,6	29,5	324	0,9
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)	200			8,9	36	18
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,5	0,5	22,5	108	0
Итого			700	24,2	28,8	69,4	636	25,3
Полдник								
		МОЛОКО (молоко)	150	4,2	3,6	6,9	78	0,8
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,5	1,9	14,5	81	0
Итого			175	5,7	5,5	21,4	159	0,8
Ужин								
		ОВОЩНАЯ ЗАПЕКАНКА (капуста свежая, яйца куриные (шт.), манка, молоко, масло растительное, масло сливочное , соль)	220	5	8,5	12	145	12,8
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай , сахарный песок)	200	0,2		9,3	38	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	1,9	0,2	13	61	0
Итого			450	7,1	8,7	34,3	244	12,8
Всего				49,1	59	188,5	1491	44,3