

Согласовано



Заведующая
МАДОУ "Детский сад №18 корпус 1"
/ Кислякова О.Ю./

МЕНЮ

20 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	160					
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		4	4,6	20,7	143	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	24	1,9	0,2	12,2	58	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	5		4,1		37	0
Итого			160	0,2		8,4	34	0
			349	6,1	8,9	41,3	272	0,4
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150	4,2	5,8	9,8	110	11,3
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	9,3	10,8	2,4	143	1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,1	3,7	20,1	128	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			499	19,2	20,6	56,5	491	12,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,4	18,3	102	0
Итого			205	6,1	6	25,2	185	0,9
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	5	6,5	0,9	87	0,1
2012	331	ОВОЩНОЕ РАГУ	120	2,4	4,8	12,5	105	17,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,2	17	80	0
Итого			394	10,1	11,5	38,2	303	17,7
Всего				41,5	47	161,2	1251	31,3

Согласовано

Заведующая
МАДОУ " Детский сад №18 корпус 1"

/ Кислякова О.Ю./

МЕНЮ
20 мая 2024 г.

Сад 12 часов

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								
			180	4,4	5,5	22,7	162	0,4
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	34	2,6	0,2	17	80	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	7		5,8	0,1	52	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	180	0,2		9,6	39	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	401	7,2	11,5	49,4	333	0,4
Итого								
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	7,6	12	137	14,4
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	10	11,5	2,7	154	1,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,2	3,8	26,8	160	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,8	100	0
Итого								
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,6	4	7,7	92	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	38	2,8	3,6	27,8	155	0
Итого								
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	5	6,4	0,9	87	0,1
2012	331	ОВОЩНОЕ РАГУ	140	2,7	4,8	13,3	110	20,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,3	0,3	21,9	103	0
Итого								
Всего								
				48,1	53,9	200,8	1501	37,5