

Утверждаю:

Заведующая: ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/Чукаева Г.М./

МЕНЮ

14 Марта 2024г.

ЯСЛИ 12 часов

Сборник рецептов	№ тех. карты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность, ккал	Вита- Мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле Воды, г		
Завтрак								
2010	30	Молочная пшѐнная каша	150	4,31	8,99	14,43	159,84	0,8
к\к	к\к	Какао на молоке	150	3,0	3,26	14,7	97,5	0,6
2010	181	Бутерброд с маслом.	30\5	3,8	7,4	13,6	136	0
		Итого:	335	11,11	19,65	42,73	393,34	1,4
2 Завтрак								
		Итого:		0,5	0	7,3	31,0	1,4
Обед								
2010	121	Борщ из свежей капусты с курицей, сметаной.	200\9	5,5	6,6	6,5	112,4	
2010	25	Плов с курицей	150	10,4\6,6	4,8\6,6	25,9\2,5	183\78,9	
2010	56	Компот из с\ф	150	0,14	0	15,63	61,9	
2010	41	Хлеб ржаной	40	3,3	0,4	21,2	102,0	
		Свекольный салат с луком.	40					
		Итого:	589	25,94	18,4	71,73	538,2	
Полдник								
2010	43	Молоко	150	5,8	5,0	8,0	106,0	
2010	24	Пирожок с капустой.	60	5,85	6,98	36,02	229	
		Итого:	210	11,65	11,98	44,02	335,0	
Ужин								
2008	29	Молочный вермишелевый суп	150	3,4	4,2	10,5	95,0	
2010	90	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36	Хлеб пшеничный.	30	3,1	0,2	20,1	94,7	
		Итого:	330	6,6	4,4	43,4	241,2	