

Утверждаю:

Заведующая ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

/ Чукаева Г.М./

МЕНЮ

29 Марта 2024г.*

САД 12 часов



Сборник рецептур	№ тех.карты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность,ккал	Вита-Мин С,мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле Воды,г		
Завтрак								
2010	39	Молочная каша «Дружба».	200	4,6	2,5	31,2	156,2	0,8
к\к	к\к	Кофейный напиток на молоке.	200	5,59	6,14	18,93	152,04	0,6
2010	181	Бутерброд с маслом, сыром.	40\6\6	3,8	7,4	13,6	136	0
		Итого:	452	13,99	16,04	63,73	444,24	1,4
2 Завтрак								
2010	18			0,5	0	7,3	31,0	1,4
		Итого:		0,5	0	7,3	31,0	1,4
Обед								
2010	139	Суп вермишелевый с курицей, сметаной.	250\11	9,4	10,2	9,1	162,3	
2010	60	Картофель по- домашнему, куриные биточки.	150\80	17,3	19,4	23,3	256,3	
2010	56	Компот из с\ф.	200	0,35	0	16,63	66,65	
2010	41	Хлеб ржаной.	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
		Винегрет.	60					
		Итого:	801	30,35	30,0	70,23	587,25	
Полдник								
2010	43	Молоко	200	5,6	4,9	9,4	116,0	
2010	34	Вафли	30	23,85	2,98	22,02	152	
		Итого:	230	29,45	26,92	31,42	268	
Ужин								
2008	52	Оладьи со слив. маслом + Морковный салат с сахаром..	95\5\50	12,23	11,45	30,82	200,34	
2010	90	Чай с сахаром	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36			3,1	0,2	20,1	94,7	
		Итого:	300	15,43	11,65	63,72	346,54	

Утверждаю:

Заведующая: ЦРР МАДОУ «Детский сад №6»

Чукаева Г.М./

МЕНЮ

29 Марта 2024г.

ЯСЛИ 12 часов



Сборник рецептур	№ тех.карты	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД	Химический состав			Энергетическая Ценность,ккал	Вита-Мин С,мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле Воды,г		
Завтрак								
2010	39	Молочная каша «Дружба».	150	4,2	1,9	29,2	151,2	0,8
к\к	к\к	Кофейный напиток на молоке.	150	3,0	3,26	14,7	97,5	0,6
2010	181	Бутерброд с маслом, сыром.	30\5\4	3,8	7,4	13,6	136	0
		Итого:	339	11,0	12,56	57,5	384,7	1,4
2 Завтрак								
2010	18			0,5	0	7,3	31,0	1,4
		Итого:		0,5	0	7,3	31,0	1,4
Обед								
2010	139	Суп вермишелевый с курицей, сметаной.	200\9	8,8	9,5	8,2	154,2	0,1
2010	60	Картофель по- домашнему, куриные биточки.	130\70	12,5	15,6	20,4	210,2	
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	
		Винегрет.	40					
		Итого:	639	24,74	25,5	65,43	528,3	
Полдник								
2010	43	Молоко	150					
2010	34	Вафли	30	23,85	2,98	22,02	152	
		Итого:	180	29,65	7,98	30,02	258	
Ужин								
2008	52	Оладьи со слив. маслом + Морковный салат с сахаром.	80\5\40	10,23	8,4	22,45	200,34	
2010	90	Чай с сахаром.	150	0,1	0	12,8	51,5	
2010	36			3,1	0,2	20,1	94,7	
		Итого:	275	13,3	8,6	55,35	346,54	