



МЕНЮ
12 апреля 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 | | | | | | | | |
| | | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ <small>(манка, сахарный песок, соль, масло сливочное, молоко)</small> | 150 | 5,7 | 6,3 | 23,5 | 175 | 0,6 |
| | | БАТОН С МАСЛОМ <small>(батон, масло сливочное)</small> | 30/5 | 2,3 | 4,3 | 14,3 | 106 | 0 |
| | | КАКАО С МОЛОКОМ <small>(молоко, какао, сахарный песок)</small> | 150 | 3,6 | 3,1 | 12,4 | 93 | 0,6 |
| Итого | | | 335 | 11,6 | 13,7 | 50,2 | 374 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК <small>(сок)</small> | 150 | 0,8 | 0,2 | 16,3 | 74 | 4,4 |
| Итого | | | 150 | 0,8 | 0,2 | 16,3 | 74 | 4,4 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | ВИНЕГРЕТ <small>(свекла, морковь, картофель, лук репчатый, огурцы консервированные, капуста свежая, горошек консервированный, масло растительное, соль)</small> | 40 | 1 | 2,9 | 3,5 | 45 | 5,1 |
| | | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ <small>(мясо птицы, картофель, лук репчатый, морковь, пшено, сметана, соль, масло растительное)</small> | 150 | 6,8 | 8,7 | 10,7 | 148 | 2 |
| | | ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ <small>(мясо птицы, капуста свежая, рис, яйца куриные (шт.), лук репчатый, масло растительное, морковь, масло сливочное, соль)</small> | 150 | 15,2 | 17 | 11,3 | 259 | 15,1 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ <small>(сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота)</small> | 150 | | | 6,5 | 26 | 22,4 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small> | 40 | 2,8 | 0,4 | 18,2 | 88 | 0 |
| Итого | | | 530 | 25,8 | 29 | 50,2 | 566 | 44,6 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | МОЛОКО <small>(молоко)</small> | 150 | 4,4 | 3,8 | 7,3 | 82 | 0,8 |
| | | ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small> | 25 | 1,5 | 1,9 | 14,5 | 81 | 0 |
| Итого | | | 175 | 5,9 | 5,7 | 21,8 | 163 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ <small>(яйца куриные (шт.), мука, дрожжи, масло растительное, сахарный песок, молоко, соль, масло сливочное, повидло)</small> | 230/20 | 6,3 | 8,1 | 39,4 | 255 | 0,3 |
| | | КИСЕЛЬ <small>(сахарный песок, кисель)</small> | 150 | | | 18 | 72 | 0 |
| Итого | | | 400 | 6,3 | 8,1 | 57,4 | 327 | 0,3 |
| Всего | | | | 50,4 | 56,7 | 195,9 | 1504 | 51,3 |

Согласовано



Заведующая

МАДОУ "Детский сад №82"

/Фадейкина Е.И./

МЕНЮ
12 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ (манка, молоко, масло сливочное, соль, сахарный песок) | 200 | 5,7 | 6,4 | 24,5 | 180 | 0,6 |
| | | БАТОН С МАСЛОМ (батон, масло сливочное) | 30/6 | 2,3 | 5,1 | 14,3 | 113 | 0 |
| | | КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, какао, сахарный песок) | 200 | 3,9 | 3,2 | 13,6 | 100 | 0,6 |
| Итого | | | 436 | 11,9 | 14,7 | 52,4 | 393 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК (сок) | 150 | 0,8 | 0,2 | 16,3 | 74 | 4,4 |
| Итого | | | 150 | 0,8 | 0,2 | 16,3 | 74 | 4,4 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | ВИНЕГРЕТ (свекла, морковь, картофель, лук репчатый, капуста свежая, горошек консервированный, огурцы консервированные, масло растительное, соль) | 60 | 1 | 3 | 3,5 | 47 | 5,1 |
| | | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (мясо птицы, картофель, лук репчатый, морковь, пшено, сметана, соль, масло растительное) | 200 | 8,2 | 9,7 | 12,9 | 172 | 2,6 |
| | | ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ (мясо птицы, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль, масло растительное, масло сливочное, капуста свежая, рис, морковь) | 150 | 17,6 | 19,7 | 16,6 | 317 | 22,4 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахарный песок, сухофрукты, аскорбиновая кислота) | 200 | | | 7,7 | 31 | 26 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 50 | 3,6 | 0,5 | 22,8 | 109 | 0 |
| Итого | | | 660 | 30,4 | 32,9 | 63,5 | 676 | 56,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | МОЛОКО (молоко) | 150 | 4,4 | 3,8 | 7,3 | 82 | 0,8 |
| | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье) | 25 | 1,5 | 1,9 | 14,5 | 81 | 0 |
| Итого | | | 175 | 5,9 | 5,7 | 21,8 | 163 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ (яйца куриные (шт.), молоко, мука, масло растительное, сахарный песок, соль, дрожжи, повидло, масло сливочное) | 220/20 | 8,7 | 9,6 | 53,2 | 334 | 0,4 |
| | | КИСЕЛЬ (сахарный песок, кисель) | 200 | | | 19,1 | 77 | 0 |
| Итого | | | 440 | 8,7 | 9,6 | 72,3 | 411 | 0,4 |
| Всего | | | | 57,7 | 63,1 | 226,3 | 1717 | 62,9 |