

**МЕНЮ**  
21 мая 2024 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,4	5,6	16,2	139	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	18	85	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1	1,2		16	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	160	1,9	1,6	10,4	66	0,4
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>10</b>	<b>12,7</b>	<b>44,6</b>	<b>343</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	19,2	82	1,6
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,2</b>	<b>82</b>	<b>1,6</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30	0,5	1,9	2,9	31	1,4
2012	87	СУП РЫБНЫЙ ПОЛЕВОЙ	150	4,7	2,5	12,7	91	3,7
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	8,4	9,9	17,2	193	8,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,7	80	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,3	49	0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>17,8</b>	<b>14,7</b>	<b>67,4</b>	<b>474</b>	<b>13,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	69	0,8
2012	479	БУЛОЧКА "ЗАВИТОК"	50	4,8	4,4	26	162	0,1
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8,3</b>	<b>7,4</b>	<b>31,8</b>	<b>231</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	135	14,1	9,8	13,8	211	0,3
2008	411	СОУС СЛАДКИЙ	40			6,1	24	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,2	0,1	7,6	36	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>15,4</b>	<b>9,9</b>	<b>35,3</b>	<b>302</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>52,5</b>	<b>44,9</b>	<b>198,3</b>	<b>1432</b>	<b>17,5</b>

Согласовано

Заведующая  
МАДОУ "Детский сад №18 корпус 1"  
/ Кислякова О.Ю./**МЕНЮ**  
21 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	180	5	6,6	17,9	157	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	18	85	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,3	1,7		22	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2	1,7	11,5	71	0,4
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>11</b>	<b>16</b>	<b>47,5</b>	<b>387</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	183	0,9	0,2	18,4	79	3,7
<b>Итого</b>			<b>183</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>18,4</b>	<b>79</b>	<b>3,7</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,6	1,9	3,4	34	1,6
2012	87	СУП РЫБНЫЙ ПОЛЕВОЙ	180	5,3	3,5	14,9	112	4,5
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	10	11,3	20,6	225	10,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,9	101	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,2	13	61	0
<b>Итого</b>			<b>655</b>	<b>21,2</b>	<b>17,3</b>	<b>81,4</b>	<b>567</b>	<b>16,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	3,6	6,9	83	0,9
2012	479	БУЛОЧКА "ЗАВИТОК"	70	5,6	5,5	30,6	195	0,1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,8</b>	<b>9,1</b>	<b>37,5</b>	<b>278</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	18,1	11,7	16,6	259	0,3
2008	411	СОУС СЛАДКИЙ	40			6,1	24	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,4	49	0
<b>Итого</b>			<b>411</b>	<b>19,8</b>	<b>11,8</b>	<b>42</b>	<b>368</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>62,7</b>	<b>54,4</b>	<b>226,8</b>	<b>1679</b>	<b>22,6</b>