

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад №4"

Коновалова / Коновалова Мария Ивановна/

МЕНЮ

21 марта 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		
Завтрак								
2008	105	Каша геркулесовая	150	5,2	7,6	19,6	169	0,5
		Кофейный напиток с молоком	180	3	2,4	11,3	79	0,5
2008		БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/6/4	3,3	6,2	14,3	126	0
2008	105	Каша геркулесовая (аллергики)	150					0
		Кофейный напиток (аллергики)	180					0
Итого			700	11,5	16,2	45,2	374	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,125	125	0,6	0,1	12,2	52	1
Итого			125	0,6	0,1	12,2	52	1
Обед								
2008	99	Суп гороховый	180	9,1	8,1	15,9	173	3,4
2008	131	Капуста тушеная с курицей(ясли)	180	13	16,3	5,9	223	19,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(Ясли)	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,3	17,3	85	0
Итого			581	24,8	24,7	45,9	508	22,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	3,8	7,4	83	0,8
2008		ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			200	7,5	6,2	44,9	266	0,8
Ужин								
2008	214	Омлет с зеленым горошком (ясли)	180	6,1	10,6	2,4	129	0,6
		Хлеб пшеничный	30	2	1	20	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,2	37	0
Итого			390	8,2	11,6	31,6	261	0,6
Всего				52,6	58,8	179,8	1461	26

Бухгалтер *Сизова* Сизова Н.Н.

Шеф повар *Дерова* Дерова А.П.

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребёнка-детский сад №4"
/Коновалова Мария Ивановна/



МЕНЮ
21 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	105	Каша геркулесовая сад	200	7	8,7	27,4	217	0,6
		Кофейный напиток с молоком	200	3,6	2,9	15,1	101	0,6
2008		Бутерброд С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/8/6	4,6	8,3	19,1	170	0
2008	105	Каша геркулесовая (аллергики)	200					0
		Кофейный напиток (аллергики)	200					0
Итого			854	15,2	19,9	61,6	488	1,2
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,100	100	0,3	0,2	15,8	68	0,8
Итого			100	0,3	0,2	15,8	68	0,8
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ	200	9,7	8,7	15,5	179	3,2
2008	131	Капуста тушеная с курицей(сад)	230	14	18,4	5,9	246	19,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(Сад)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,1	103	0
Итого			680	27	27,5	51,2	563	22,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			250	8,6	7,3	46,8	288	1
Ужин								
2008	214	Омлет с зеленым горошком	210	6,4	12,6	2,8	150	0,6
		Хлеб пшеничный (САД)	40	3,2	1,3	23,9	116	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,3	33	0
Итого			450	9,7	13,9	35	299	0,6
Всего				60,8	68,8	210,4	1706	26,1

Бухгалтер Сизова Н.Н. Сизова Н.Н.

Шеф повар Дерова А.П. Дерова А.П.