

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ "Детский сад № 6 "Аленушка" г.Новоавловска
/Терешкина Л.Ю./



МЕНЮ

7 апреля 2025 г.

Сад 10 часов Северная

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	7,36	14,25	1,58	164,33	0,13
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	67	1,27	5,94	5,14	79,38	4,67
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,82	0,35	18,33	87,72	0,00
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,31	4,61	14,87	110,17	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/11	0,08	0,00	10,36	41,71	0,02
Итого			418	13,84	25,15	50,28	483,31	4,82
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	114	3,00	0,10	4,00	31,00	1,00
Итого			114	3,00	0,10	4,00	31,00	1,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,62	4,13	10,33	85,60	7,65
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ БРОЙЛЕРНОГО ЦЫПЛЕНКА	85	1,78	0,61	9,10	49,05	0,10
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,12	3,99	32,67	178,53	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	3,07	0,38	19,97	95,54	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,29	0,67	15,25	76,24	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	185	0,29	0,06	36,88	148,97	0,47
Итого			653	12,17	9,84	124,20	633,93	8,22
Полдник								
2008	212	МАКАРОННИК	140/30	7,41	6,18	52,48	295,56	0,14
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,07	2,45	15,33	96,41	0,53
Итого			350	10,48	8,63	67,81	391,97	0,67
Всего				39,49	43,72	246,29	1 540,21	14,71

повар

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ "Детский сад № 6 "Аленькино" г. Новопавловска
Терешкина Л.Ю./



МЕНЮ

7 апреля 2025 г.

Ясли 10 часов Путевая

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	95	7,83	15,96	1,60	181,42	0,12
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	73	1,38	6,46	5,59	86,34	5,08
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,40	0,42	22,09	105,69	0,00
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,33	4,64	21,47	140,90	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ,	150/7	0,04	0,00	6,90	27,75	0,01
Итого			412	15,98	27,48	57,65	542,10	5,21
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	118	3,00	0,10	4,00	31,00	1,00
Итого			118	3,00	0,10	4,00	31,00	1,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,13	2,96	7,79	62,63	5,46
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ БРОЙЛЕРНОГО ЦЫПЛЕНКА	75	1,57	0,46	8,47	44,30	0,06
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,64	3,37	27,65	151,07	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,40	0,42	22,09	105,69	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,29	0,67	15,25	76,24	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	160	0,29	0,06	29,21	118,33	0,47
Итого			572	11,32	7,94	110,46	558,26	5,99
Полдник								
2008	212	МАКАРОННИК	85/20	4,79	4,11	33,65	190,98	0,09
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,45	1,97	11,52	74,16	0,42
Итого			255	7,24	6,08	45,17	265,14	0,51
Всего				37,54	41,60	217,28	1 396,50	12,71

повар