

Утверждаю

МКДОУ "Детский сад № 6 "Аленушка" г.Новопавловска

Заведующий

Терешкина Л.Ю./

# МЕНЮ

12 мая 2025 г.

## Сад 10 часов Северная

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                             |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                           | 75     | 6,41              | 11,96   | 1,29             | 138,49                                   | 0,10                  |
| 2008                          |                     | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ         | 50     | 0,94              | 4,42    | 3,82             | 59,04                                    | 3,47                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 25     | 2,00              | 0,25    | 13,04            | 62,37                                    | 0,00                  |
| 2014                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                          | 35     | 2,19              | 4,66    | 14,08            | 107,05                                   | 0,00                  |
| 2014                          | 266                 | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200    | 0,22              | 0,00    | 7,00             | 29,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 385    | 11,76             | 21,29   | 39,23            | 395,95                                   | 3,57                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                       | 100    | 3,00              | 0,10    | 4,00             | 31,00                                    | 1,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 100    | 3,00              | 0,10    | 4,00             | 31,00                                    | 1,00                  |
| Обед                          |                     |                                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 180/4  | 1,38              | 4,17    | 8,89             | 80,70                                    | 5,81                  |
| 2012                          | 305                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                  | 70     | 2,44              | 2,76    | 11,71            | 81,63                                    | 0,10                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ     | 130    | 4,74              | 4,20    | 30,29            | 178,02                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 54                  | ИКРА МОРКОВНАЯ                              | 30     | 0,55              | 1,49    | 3,04             | 28,50                                    | 1,39                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30     | 2,43              | 0,30    | 15,80            | 75,60                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                        | 30     | 1,95              | 0,57    | 12,96            | 64,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ              | 180    | 0,54              | 0,09    | 28,53            | 117,90                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 654    | 14,03             | 13,58   | 111,22           | 627,15                                   | 7,30                  |
| Полдник                       |                     |                                             |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 447                 | БЛИНЧИКИ (С ПОВИДЛОМ)                       | 110/10 | 5,33              | 4,29    | 37,44            | 209,54                                   | 0,02                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                             | 180    | 3,58              | 2,98    | 15,01            | 102,27                                   | 0,57                  |
| Итого                         |                     |                                             | 300    | 8,91              | 7,27    | 52,45            | 311,81                                   | 0,59                  |
| Всего                         |                     |                                             |        | 37,70             | 42,24   | 206,90           | 1 365,91                                 | 12,46                 |

повар

## МЕНЮ

12 мая 2025 г.

### Ясли 10 часов Путевая

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                             |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                           | 90    | 7,74              | 14,41   | 1,56             | 167,07                                   | 0,13                  |
| 2008                          |                     | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ         | 50    | 0,95              | 4,45    | 3,85             | 59,54                                    | 3,50                  |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                          | 40/10 | 1,81              | 11,93   | 11,39            | 160,27                                   | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30    | 2,43              | 0,30    | 15,80            | 75,60                                    | 0,00                  |
| 2014                          | 266                 | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 150   | 0,17              | 0,00    | 5,25             | 21,75                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 370   | 13,10             | 31,09   | 37,85            | 484,23                                   | 3,63                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                       | 100   | 3,00              | 0,10    | 4,00             | 31,00                                    | 1,00                  |
| Итого                         |                     |                                             | 100   | 3,00              | 0,10    | 4,00             | 31,00                                    | 1,00                  |
| Обед                          |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 155/3 | 1,18              | 3,62    | 7,63             | 69,67                                    | 4,95                  |
| 2012                          | 305                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                  | 60    | 2,09              | 2,18    | 9,99             | 67,99                                    | 0,08                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ     | 110   | 4,01              | 3,43    | 25,58            | 149,21                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 54                  | ИКРА МОРКОВНАЯ                              | 25    | 0,46              | 1,56    | 2,74             | 27,34                                    | 1,13                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 25    | 2,03              | 0,25    | 13,17            | 63,00                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                        | 25    | 1,63              | 0,48    | 10,80            | 54,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ              | 150   | 0,53              | 2,56    | 21,57            | 88,15                                    | 20,00                 |
| Итого                         |                     |                                             | 553   | 11,93             | 14,08   | 91,48            | 519,36                                   | 26,16                 |
| Полдник                       |                     |                                             |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 447                 | БЛИНЧИКИ (С ПОВИДЛОМ)                       | 55/5  | 2,86              | 2,22    | 22,30            | 120,49                                   | 0,02                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                             | 150   | 3,08              | 2,54    | 12,13            | 84,65                                    | 0,48                  |
| Итого                         |                     |                                             | 210   | 5,94              | 4,76    | 34,43            | 205,14                                   | 0,50                  |
| Всего                         |                     |                                             |       | 33,97             | 50,03   | 167,76           | 1 239,73                                 | 31,29                 |

повар \_\_\_\_\_