

Утверждаю

И.О.заведующего
МКДОУ "Детский сад № 6 "Аленушка" г.Новопавловска
/Терешкина Л.Ю./



МЕНЮ
19 марта 2025 г.

Сад 10 часов Северная

Сборник рецептур	№ техн. картѳ	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,42	6,20	29,96	201,85	0,49
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,05	0,25	13,33	63,78	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,50	0,20	15,34	74,84	61,24
Итого			405	8,97	6,65	58,63	340,47	61,73
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	108	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			108	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2012	86	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	180	0,10	1,45	0,57	15,78	0,29
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	3,58	10,90	35,54	254,83	1,11
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,64	1,48	3,74	31,00	1,97
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
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	20,97	86,58	1,44
Итого			650	8,84	14,84	89,58	528,59	4,81
Полдник								
2008	311	ПЛОВ ИЗ РИСА С КУРАГОЙ	140	3,23	4,85	38,83	212,44	0,18
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,08	0,00	9,84	39,68	0,02
Итого			330	3,31	4,85	48,67	252,12	0,20
Всего				24,12	27,34	201,08	1 161,18	67,24

повар _____

Утверждаю

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

И.О.заведующего

Терешкина Л.Ю./



МЕНЮ

19 марта 2025 г.

Ясли 10 часов Путевая

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,51	6,49	26,56	187,11	0,40
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,30	15,80	75,60	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	170	0,57	0,23	15,86	78,70	69,32
Итого			350	8,51	7,02	58,22	341,41	69,72
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2012	86	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	0,09	1,30	0,49	14,05	0,25
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	50	0,74	1,69	4,72	36,99	0,00
2012	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	110	2,69	3,58	28,26	156,06	0,00
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,63	1,33	4,01	30,74	1,96
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
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,68	72,97	28,00
Итого			540	7,93	8,75	79,13	427,81	30,21
Полдник								
2008	311	ПЛОВ ИЗ РИСА С КУРАГОЙ	100	2,33	3,49	27,96	152,94	0,13
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,07	0,00	8,53	34,34	0,01
Итого			257	2,40	3,49	36,49	187,28	0,14
Всего				21,84	20,26	178,04	996,50	100,57

повар _____