

Утверждаю

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

Заведующий

Терешкина Л.Ю./



# МЕНЮ

22 апреля 2025 г.

## Сад 10 часов Северная

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,50	8,00	26,40	189,20	0,50
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,30	15,80	75,60	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,18	25,11	103,51	1,80
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>9,11</b>	<b>8,48</b>	<b>67,31</b>	<b>368,31</b>	<b>2,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,81	47,05	10,01
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,81</b>	<b>47,05</b>	<b>10,01</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОВЫЙ)	180	4,11	3,98	13,52	106,59	3,35
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,23	11,57	10,58	191,21	0,00
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	70	1,90	2,27	11,18	72,70	0,00
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	1,65	2,59	6,88	58,34	14,95
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	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	18,11	88,29	72,00
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>23,86</b>	<b>21,52</b>	<b>89,03</b>	<b>657,53</b>	<b>90,30</b>
<b>Полдник</b>								
2012	449	ОДАДЫ С ПОВИДЛОМ	100/5	6,31	5,92	46,01	262,36	0,02
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,56	2,96	14,99	101,93	0,57
<b>Итого</b>			<b>285</b>	<b>9,87</b>	<b>8,88</b>	<b>61,00</b>	<b>364,29</b>	<b>0,59</b>
<b>Всего</b>				<b>43,24</b>	<b>39,28</b>	<b>227,15</b>	<b>1 437,18</b>	<b>103,20</b>

повар

