Утверждаю

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

МЕНЮ

25 марта 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,50	8,00	26,40	189,20	0,50
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,88	0,36	18,74	89,64	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,18	25,11	103,51	1,80
Итого			**416**	**9,56**	**8,54**	**70,25**	**382,35**	**2,30**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,40	0,40	9,92	47,58	10,12
Итого			**101**	**0,40**	**0,40**	**9,92**	**47,58**	**10,12**
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОВЫЙ)	180	4,18	4,04	13,91	108,84	3,50
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,30	11,96	10,67	195,26	0,00
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	70	1,87	2,46	11,01	73,64	0,00
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	75	1,71	2,53	7,25	59,62	15,56
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,52	0,31	16,38	78,36	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,44	0,71	16,20	81,00	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	18,17	88,64	72,50
Итого			**644**	**24,62**	**22,25**	**93,59**	**685,36**	**91,56**
Полдник								
2012	449	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	100/5	6,46	5,94	45,81	262,12	0,02
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,63	3,02	15,15	103,41	0,59
Итого			**290**	**10,09**	**8,96**	**60,96**	**365,53**	**0,61**
Всего				**44,67**	**40,15**	**234,72**	**1 480,82**	**104,59**

повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150/5/5	6,21	9,27	25,24	209,80	0,52
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,25	0,40	21,14	101,16	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	170	0,17	0,17	23,72	97,76	1,70
Итого			**370**	**9,63**	**9,84**	**70,10**	**408,72**	**2,22**
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,84	47,17	10,04
Итого			**100**	**0,40**	**0,40**	**9,84**	**47,17**	**10,04**
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОВЫЙ)	150	3,39	3,17	11,20	87,06	2,79
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	8,18	8,72	8,23	143,95	0,00
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	60	1,63	2,06	9,60	63,48	0,00
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,34	2,36	5,61	49,84	12,84
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,23	0,28	14,53	69,52	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,29	0,67	15,25	76,24	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	14,00	69,44	61,16
Итого			**533**	**19,56**	**17,46**	**78,42**	**559,53**	**76,79**
Полдник								
2012	449	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	65/5	4,59	4,17	32,06	184,02	0,01
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	155	3,09	2,55	12,56	86,55	0,49
Итого			**225**	**7,68**	**6,72**	**44,62**	**270,57**	**0,50**
Всего				**37,27**	**34,42**	**202,98**	**1 285,99**	**89,55**

повар _____