

Утверждаю

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



# МЕНЮ

26 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,94	6,76	29,65	202,80	0,53
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,30	15,80	75,60	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/10/7	0,07	0,00	7,46	30,67	0,58
<b>Итого</b>			<b>427</b>	<b>8,44</b>	<b>7,06</b>	<b>52,91</b>	<b>309,07</b>	<b>1,11</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>4,20</b>	<b>40,00</b>	<b>0,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/3	2,64	4,10	11,68	96,41	4,19
2012	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ)	140/70/70	9,20	10,07	12,36	192,00	5,25
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,55	5,97	14,10	125,60	10,53
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 СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	28,53	117,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>833</b>	<b>19,31</b>	<b>21,10</b>	<b>95,43</b>	<b>672,31</b>	<b>19,97</b>
<b>Полдник</b>								
2008	311	ПЛОВ ИЗ РИСА С ЧЕРНОСЛИВОМ И ИЗЮМОМ	145	3,00	4,97	42,66	228,44	0,09
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>8,32</b>	<b>9,56</b>	<b>51,46</b>	<b>327,44</b>	<b>1,07</b>
<b>Всего</b>				<b>39,07</b>	<b>38,72</b>	<b>204,00</b>	<b>1 348,82</b>	<b>22,65</b>

повар \_\_\_\_\_

Утверждаю

МКДОУ "Детский сад № 6 "Алёнушка" Новопавловска

Заведующий

Решеткина Л.Ю./

**МЕНЮ**

26 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,45	6,29	22,13	162,78	0,40
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,30	15,80	75,60	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	170/8/4	0,07	0,00	7,01	28,93	0,59
<b>Итого</b>			<b>362</b>	<b>6,95</b>	<b>6,59</b>	<b>44,94</b>	<b>267,31</b>	<b>0,99</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>4,20</b>	<b>40,00</b>	<b>0,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	155/3	2,24	3,51	10,11	83,01	3,61
2012	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (С СОУСОМ СМЕТАННЫМ)	110/50	8,16	8,97	10,91	170,25	4,61
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110	2,14	4,55	12,44	101,71	9,95
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 СУХОФРУКТОВ	150	0,53	2,57	21,25	86,91	23,60
<b>Итого</b>			<b>628</b>	<b>16,73</b>	<b>20,33</b>	<b>78,68</b>	<b>558,88</b>	<b>41,77</b>
<b>Полдник</b>								
2008	311	ПЛОВ ИЗ РИСА С ЧЕРНОСЛИВОМ И ИЗЮМОМ	100	2,13	3,63	29,78	160,94	0,07
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,43	3,82	7,33	82,52	0,82
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>6,56</b>	<b>7,45</b>	<b>37,11</b>	<b>243,46</b>	<b>0,89</b>
<b>Всего</b>				<b>33,24</b>	<b>35,37</b>	<b>164,93</b>	<b>1 109,65</b>	<b>44,15</b>

повар \_\_\_\_\_