

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 марта 2025 г.

Ясли 10 часов Путевая

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		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	7,71	14,68	1,57	169,39	0,13
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,95	4,44	3,84	59,38	3,49
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	1,80	12,07	11,38	161,40	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	13,06	31,49	37,84	487,52	3,62
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 КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	155/3	1,20	3,59	7,43	68,60	5,08
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	2,13	2,00	10,11	67,00	0,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,03	3,48	25,68	150,16	0,00
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	25	0,46	1,24	2,85	24,92	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 СУХОФРУКТОВ	150	0,52	2,52	21,17	86,55	24,00
Итого			553	12,00	13,56	91,21	514,23	30,29
Полдник								
2012	447	БЛИНЧИКИ (С ПОВИДЛОМ)	55/5	2,93	2,58	21,70	121,69	0,02
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,03	2,50	12,34	84,90	0,48
Итого			210	5,96	5,08	34,04	206,59	0,50
Всего				34,02	50,23	167,09	1 239,34	35,41

повар _____