



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

МЕНЮ

4 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,84	6,63	23,35	172,29	0,46
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,28	0,41	21,35	102,14	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	170/8/4	0,07	0,00	7,29	30,01	0,57
Итого			373	8,19	7,04	51,99	304,44	1,03
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	102	0,41	0,41	9,95	47,71	10,15
Итого			102	0,41	0,41	9,95	47,71	10,15
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	150	1,45	1,54	12,35	69,24	3,99
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	6,47	2,50	3,87	63,99	0,40
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,15	3,63	17,42	111,18	8,80
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,74	0,34	17,80	85,18	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,76	17,28	86,40	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	0,08	0,00	21,37	85,78	26,84
Итого			534	15,49	8,77	90,09	501,77	40,03
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	90	8,69	7,68	18,94	184,53	0,47
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,44	1,36	1,45	19,80	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,71	2,11	13,83	85,81	0,45
Итого			260	11,84	11,15	34,22	290,14	0,92
Всего				35,93	27,37	186,25	1 144,06	52,13

повар _____

Л.Ю. Терешкина