



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 _____

Руб