

Утверждаю

И.О. заведующего  
МКДОУ "Детский сад № 6 "Аленушка" г. Новопавловска

Терешкина Л.Ю./



# МЕНЮ

5 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,01	5,70	24,16	168,46	0,35
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,54	0,44	23,00	110,04	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	170	0,52	0,21	14,60	72,45	64,00
<b>Итого</b>			<b>364</b>	<b>9,07</b>	<b>6,35</b>	<b>61,76</b>	<b>350,95</b>	<b>64,35</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА	143	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>143</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	86	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	0,08	1,40	0,48	14,85	0,24
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	2,70	7,98	26,71	189,68	0,87
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,62	1,42	3,93	31,20	1,92
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,15	0,39	20,50	98,10	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	43	2,79	0,81	18,51	92,57	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,13	0,13	17,51	72,38	29,26
<b>Итого</b>			<b>562</b>	<b>9,47</b>	<b>12,13</b>	<b>87,64</b>	<b>498,78</b>	<b>32,29</b>
<b>Полдник</b>								
2008	311	ПЛОВ ИЗ РИСА С КУРАГОЙ	100	2,31	3,72	28,06	155,35	0,12
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,06	0,00	8,41	33,85	0,01
<b>Итого</b>			<b>257</b>	<b>2,37</b>	<b>3,72</b>	<b>36,47</b>	<b>189,20</b>	<b>0,13</b>
<b>Всего</b>				<b>23,91</b>	<b>23,20</b>	<b>190,07</b>	<b>1 078,93</b>	<b>97,27</b>

повар \_\_\_\_\_