

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		
Завтрак								
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
Итого			364	9,07	6,35	61,76	350,95	64,35
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	143	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			143	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
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
Итого			562	9,47	12,13	87,64	498,78	32,29
Полдник								
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
Итого			257	2,37	3,72	36,47	189,20	0,13
Всего				23,91	23,20	190,07	1 078,93	97,27

повар _____