

Утверждаю

МКДОУ п.Горноправдинск д.сад "Сказка"
/Хохрякова А.В./

МЕНЮ

1 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	4,9	6,8	21,9	169	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,9		35	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА КОНЦЕНТРИРОВАННОМ МОЛОКЕ	145	0,8	0,8	12,8	61	0
2008		БАТОН	25	1,9	0,2	11,7	57	0
Итого			325	7,6	11,7	46,4	322	0,1
II Завтрак								
2008	442	СОК	108	0,5		7,9	33	185,2
Итого			108	0,5		7,9	33	185,2
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	45	0,4		0,8	6	2,3
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180/5	5	5,3	12,1	119	2,9
2008	278	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНЬЮ	180	14,7	8,1	26,5	252	9,3
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,2	1,9	1,4	24	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			11	44	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,6	0,4	17	82	0
Итого			631	22,9	15,7	68,8	527	14,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	146	4,1	4,6	6,7	85	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,7	0,9	7,3	41	0
Итого			156	4,8	5,5	14	126	0,8
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОВОЩАМИ	150	15,2	8,3	18,3	210	9,3
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150/11	0,1		11,2	45	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,4	77	0
Итого			344	17,8	8,5	45,9	332	9,3
Всего				53,6	41,4	183	1340	209,9

Утверждаю

МКДОУ п.Горноправдинск д.сад "Сказка"
/Хохрякова А.В./

МЕНЮ

1 апреля 2025 г.

Сад 12 часов



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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	6,6	8,4	29,3	220	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,9	0,1	54	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА КОНЦЕНТРИРОВАННОМ МОЛОКЕ	175	1	0,9	14,7	70	0,1
2008		БАТОН	41	3,1	0,4	19,3	94	0
Итого			423	10,7	15,6	63,4	438	0,3
II Завтрак								
2008	442	СОК	108	0,5		7,9	33	185,2
Итого			108	0,5		7,9	33	185,2
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	68	0,5	0,1	1,2	9	3,4
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200/7	5,5	6,2	13,4	136	3,2
2008	278	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНЬЮ	200	16,4	9,2	29,4	282	10,3
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,3	2,9	2,2	37	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			12,6	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,3	0,5	21,2	102	0
Итого			757	26	18,9	80	616	16,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	146	4,1	4,6	6,7	85	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	17	1,3	1,6	12,4	69	0
Итого			163	5,4	6,2	19,1	154	0,8
Ужин								
2008	235	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОВОЩАМИ	200	18,4	9,4	24,4	256	12,3
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,1		12,9	52	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,4	77	0
Итого			426	21	9,6	53,7	385	12,3
Всего				63,6	50,3	224,1	1626	215,5