

МЕНЮ

11 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	185	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,4	7	22,3	175	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	433	КАКАО НА КОНЦ.МОЛОКЕ	150	1,1	1	12,2	62	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			335	8,7	12,3	49,1	343	0,3
II Завтрак								
2008	442	СОК	100	0,5		7,3	31	172
Итого			100	0,5		7,3	31	172
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	0,3		0,9	5	3,5
2008	75	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	190/5	2,1	3,2	16,3	105	7,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	2,9	4,3	18	123	8,5
2008	307	КУРА ПОРЦИОННАЯ В СОУСЕ	85	15,8	17,1	5	238	1,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			10,9	44	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,1	0,3	13,4	64	0
Итого			602	23,2	24,9	64,5	579	20,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	159	4,5	4,9	7,3	92	0,8
2008		ВАФЛИ	10	0,3	0,4	8,4	39	0
Итого			169	4,8	5,3	15,7	131	0,8
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	125/30	19	13,1	18,5	255	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150/11	0,1		11,1	45	0
Итого			316	19,1	13,1	29,6	300	0
Всего				56,3	55,6	166,2	1384	193,8

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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	185	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7	8,9	30,6	232	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,2	0,1	56	0
2008	433	КАКАО НА КОНЦ.МОЛОКЕ	180	1,1	1,1	14,2	71	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	0,3	24	113	0
Итого			437	11,8	16,5	68,9	472	0,3
II Завтрак								
2008	442	СОК	100	0,5		7,3	31	172
Итого			100	0,5		7,3	31	172
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,4	0,1	1,3	7	5,2
2008	75	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	210/8	2,7	4,6	18,1	128	7,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	4,3	5,9	26,7	178	12,6
2008	307	КУРА ПОРЦИОННАЯ В СОУСЕ	100	18,6	19,9	6,3	279	1,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			12,7	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,6	0,4	16,9	81	0
Итого			746	28,6	30,9	82	724	27,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	159	4,5	4,9	7,3	92	0,8
2008		ВАФЛИ	18	0,5	0,6	13,1	60	0
Итого			177	5	5,5	20,4	152	0,8
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	150/50	23,7	16,2	23,4	318	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,1		12,9	52	0
Итого			393	23,8	16,2	36,3	370	0
Всего				69,7	69,1	214,9	1749	200,3