

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,7	5,9	25,6	176	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА КОНЦЕНТРИРОВАННОМ МОЛОКЕ	145	0,8	0,8	12,7	61	0
2008		БАТОН	22	1,7	0,2	10,7	52	0
Итого			322	7,2	11	49	326	0,2
II Завтрак								
2008	442	СОК	116	0,6		8,5	36	200
Итого			116	0,6		8,5	36	200
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,6	2,6	2,5	37	13,1
2008	104	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	180	3,1	3,1	8,5	75	4,2
2008	305	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	110	12,7	10,8	13	201	28,4
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	1,2	1,9	20	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ МОРОЖЕННОЙ	150	0,1	0,6	12,8	58	9,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,5	0,3	15,9	77	0
Итого			569	19,4	18,6	54,6	468	55,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	155	4,4	4,9	7,1	90	0,8
2008		ВАФЛИ	12	0,4	0,4	9,7	44	0
Итого			167	4,8	5,3	16,8	134	0,8
Ужин								
		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ТВОРОЖНЫЕ СО СЛАДКИМ СОУСОМ	160/13	30,4	18,7	32,9	401	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150/11	0,1		12,4	50	0
Итого			334	30,5	18,7	45,3	451	0
Всего				62,5	53,6	174,2	1415	256,3



МЕНЮ

17 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	190	КАША "ДРУЖБА"	200	5,9	7,6	33,7	229	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		6,1	0,1	56	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА КОНЦЕНТРИРОВАННОМ МОЛОКЕ	175	1	0,9	15	72	0,1
2008		БАТОН	38	2,9	0,4	17,9	87	0
Итого			420	9,8	15	66,7	444	0,3
II Завтрак								
2008	442	СОК	116	0,6		8,5	36	200
Итого			116	0,6		8,5	36	200
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	90	0,9	3,2	3,6	50	19,4
2008	104	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ	200	3,9	4,6	9,4	95	4,7
2008	305	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ	160	18,4	17,2	16,9	296	31,7
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,7	2	3,2	34	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ МОРОЖЕННОЙ	180	0,2	0,8	16	72	11,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,1	0,4	19,9	96	0
Итого			728	27,2	28,2	69	643	67,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	155	4,4	4,9	7,1	90	0,8
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого			175	5	5,6	22,6	161	0,8
Ужин								
		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ТВОРОЖНЫЕ СО СЛАДКИМ СОУСОМ	185/20	35,6	22,1	43,6	493	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,1		13,3	54	0
Итого			398	35,7	22,1	56,9	547	0
Всего				78,3	70,9	223,7	1831	268,4