

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
18 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	185	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,4	7	23,7	181	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,7		43	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	155	2,2	1,9	19,1	103	0,77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,7	79	0
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>10,1</b>	<b>13,8</b>	<b>59,5</b>	<b>406</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	103	0,5		7,5	32	176,4
<b>Итого</b>			<b>103</b>	<b>0,5</b>		<b>7,5</b>	<b>32</b>	<b>176,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	65	0,5	1,5	1,6	22	5,8
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180/5	2,8	4,3	15	114	12,1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,4	3,1	25,3	138	0
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	13,1	10,5	9,2	197	8,5
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,2	1,4	1,1	18	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			11,1	44	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,1	0,3	13,5	65	0
<b>Итого</b>			<b>623</b>	<b>21,1</b>	<b>21,1</b>	<b>76,8</b>	<b>598</b>	<b>26,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	146	4,1	4,6	6,6	85	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	11	0,8	1,1	8,4	47	0
<b>Итого</b>			<b>157</b>	<b>4,9</b>	<b>5,7</b>	<b>15</b>	<b>132</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	2,4	2,8	2,3	43	1,3
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	85	16,1	12,9	41,3	338	0,1
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150/11	0,1		11,4	46	0
<b>Итого</b>			<b>286</b>	<b>18,6</b>	<b>15,7</b>	<b>55</b>	<b>427</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>55,2</b>	<b>56,3</b>	<b>213,8</b>	<b>1595</b>	<b>205,87</b>



## МЕНЮ

18 апреля 2025 г.

### Сад 12 часов

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	185	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,1	9	31,1	235	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,2	0,1	56	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	185	2,7	2,3	23	124	0,93
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	58	4,3	0,4	28,3	134	0
<b>Итого</b>			<b>451</b>	<b>14,1</b>	<b>17,9</b>	<b>82,5</b>	<b>549</b>	<b>1,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	103	0,5		7,5	32	176,4
<b>Итого</b>			<b>103</b>	<b>0,5</b>		<b>7,5</b>	<b>32</b>	<b>176,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	95	0,7	3,2	2,5	42	8,7
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/8	5,8	6,3	16,3	149	13,1
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,4	3,1	25,3	138	0
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	14,9	11,2	10,6	218	10
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,3	3	2,2	38	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			13	52	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	22,7	109	0
<b>Итого</b>			<b>758</b>	<b>27,7</b>	<b>27,3</b>	<b>92,6</b>	<b>746</b>	<b>31,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	146	4,1	4,6	6,6	85	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	19	1,4	1,8	14,2	79	0
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>5,5</b>	<b>6,4</b>	<b>20,8</b>	<b>164</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	3,5	4,1	2,7	62	1,6
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	18,9	14,9	49,2	397	0,1
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,2		13,3	54	0
<b>Итого</b>			<b>353</b>	<b>22,6</b>	<b>19</b>	<b>65,2</b>	<b>513</b>	<b>1,7</b>
<b>Всего</b>				<b>70,4</b>	<b>70,6</b>	<b>268,6</b>	<b>2004</b>	<b>211,83</b>