

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад №4"
Коновалова /Коновалова Мария Ивановна/

МЕНЮ

22 марта 2024 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 | Суп молочный пшенный(ясли) | 150 | 2,8 | 3,2 | 5,7 | 64 | 0,5 |
| 2008 | 432 | Какао на молоке | 180 | 3 | 2,6 | 9,7 | 75 | 0,5 |
| 2008 | | БАТОН С МАСЛОМ С СЫРОМ | 30/6/4 | 3,3 | 6,2 | 14,5 | 127 | 0 |
| 2008 | 184 | Суп молочный пшенный(аллергики) | 150 | | | | | 0 |
| 2008 | 432 | Какао на молоке(аллергики) | 180 | | | | | 0 |
| Итого | | | 700 | 9,1 | 12 | 29,9 | 266 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,125 | 125 | 0,1 | | 12,1 | 52 | 2,5 |
| Итого | | | 125 | 0,1 | | 12,1 | 52 | 2,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 75 | Борщ с курицей и сметаной (ясли) | 180 | 5,7 | 7,2 | 10,5 | 134 | 10,1 |
| 2008 | 259 | Гуляш из кур | 60 | 11,8 | 16,5 | 5,1 | 215 | 1,4 |
| 2008 | 181 | Гречневый гарнир (ясли) | 120 | 3,6 | 4,2 | 16,5 | 118 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(Ясли) | 180 | | | 7,8 | 31 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,3 | 16,8 | 82 | 0 |
| Итого | | | 580 | 23,7 | 28,2 | 56,7 | 580 | 11,5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 411 | Кисель витаминизированный | 200 | 0,1 | | 25,8 | 104 | 2 |
| 2008 | 451 | Пирожок с повидлом ясли | 70 | 5,5 | 5,1 | 42,9 | 239 | 0,1 |
| Итого | | | 270 | 5,6 | 5,1 | 68,7 | 343 | 2,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | Лапшевник с творогом | 150/30 | 4 | 5,5 | 16,7 | 131 | 0,1 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 7,2 | 29 | 0 |
| Итого | | | 360 | 4,1 | 5,5 | 23,9 | 160 | 0,1 |
| Всего | | | | 42,6 | 50,8 | 191,3 | 1401 | 17,2 |

Бухгалтер *Сизова* Сизова Н.Н.

Шеф повар *Дерова* Дерова А.П.

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад №4"
Коновалова Мария Ивановна

МЕНЮ

22 марта 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|----------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | Суп молочный пшениный | 200 | 3,4 | 4,5 | 7,5 | 85 | 0,6 |
| 2008 | 432 | Какао на молоке | 200 | 3,7 | 3,1 | 11,5 | 90 | 0,6 |
| 2008 | 184 | Суп молочный пшениный(аллергики) | 200 | | | | | 0 |
| 2008 | 432 | Какао на молоке(аллергики) | 200 | | | | | 0 |
| 2008 | | Бутерброд С МАСЛОМ С СЫРОМ | 40/8/6 | 4,6 | 8,3 | 19,1 | 170 | 0 |
| Итого | | | 854 | 11,7 | 15,9 | 38,1 | 345 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,100 | 100 | | | | | 0 |
| Итого | | | 100 | | | | | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 75 | Борщ с курицей и сметаной (сад) | 200 | 6,7 | 10 | 11,6 | 169 | 11,1 |
| 2008 | 259 | Гуляш из кур (сад) | 80 | 13,1 | 16,6 | 6,6 | 228 | 1,6 |
| 2008 | 181 | Гречневый гарнир (сад) | 150 | 4,6 | 4,4 | 20,6 | 140 | 0 |
| 2008 | 402 | Компот из смеси сухофруктов(Сад) | 200 | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,4 | 21 | 103 | 0 |
| Итого | | | 680 | 27,7 | 31,4 | 69,5 | 679 | 12,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 411 | Кисель | 200 | 0,1 | | 25,8 | 104 | 2 |
| 2008 | 451 | Пирожок с повидлом | 80 | 5,5 | 5,1 | 42,9 | 239 | 0,1 |
| Итого | | | 280 | 5,6 | 5,1 | 68,7 | 343 | 2,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| | | Лапшевник с творогом | 200/30 | 5,1 | 6,6 | 23,6 | 173 | 0,1 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 8,3 | 33 | 0 |
| Итого | | | 430 | 5,2 | 6,6 | 31,9 | 206 | 0,1 |
| Всего | | | | 50,2 | 59 | 208,2 | 1573 | 16,1 |

Бухгалтер Сизова Н.Н. Сизова Н.Н.

Шеф повар Дерова А.П. Дерова А.П.