

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад №4"

/Баронова Е.А./

МЕНЮ

23 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ(сад)	200	5,8	6,4	21,6	167	0,5
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ(аллергики)	200					0
		Какао с молоком(сад)	200	3,2	2,6	14,6	95	0,5
2008		Бутерброд с маслом	40/8	3,2	4,5	18,6	124	0
			648	12,2	13,5	54,8	386	1
Итого								
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ 0,100	100					0
			100					0
Итого								
Обед								
2008	75	Борщ с курицей и сметаной (сад)	200	6,4	10	9,9	160	9,8
2008	259	Гуляш из курицы(сад)	80	13,4	17,6	8,4	246	1,4
2008	210	Макароны отварные (сад)	200	5,3	3,9	34,2	193	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,3	100	0
			730	28,3	31,9	82,5	738	11,2
Итого								
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,8	4,2	8	89	0,9
		Печенье к кофе	30					0
			230	4,8	4,2	8	89	0,9
Итого								
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ (сад)	150	0,9	5,6	6,3	80	3,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,5	18,6	88	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,3	33	0
			390	4,2	6,1	33,2	201	3,1
Итого								
Всего				49,5	55,7	178,5	1414	16,2

Бухгалтер

Сизова Н.Н.

Шеф повар

Юрченкова И.Н.

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №4»

Е.А. /Баронова Е.А./

МЕНЮ

23 января 2025 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ(ясли)	150	5,2	6	18,6	150	0,5
		Какао с молоком(ясли)	180	2,9	2,4	10,2	75	0,5
2008		Бутерброд с маслом	30/6	2,4	3,6	14	95	0
Итого			366	10,5	12	42,8	320	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	6	8,5	9,8	144	9,8
2008	259	Гуляш из курицы(ясли)	60	11,8	15,7	5,1	208	1,4
2008	210	Макароны отварные	150	4,3	2,9	27,4	153	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,6	0,3	16,9	83	0
Итого			612	24,7	27,4	67,9	623	11,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	180	4,3	3,7	7	79	0,8
		Печенье к кофе	30					0
Итого			210	4,3	3,7	7	79	0,8
Ужин								
2008	142	ОВОЩНОЕ РАГУ (ясли)	120	1,5	5,4	7,9	87	9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,4	14	66	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,2	33	0
Итого			330	4	5,8	30,1	186	9
Всего				43,6	48,9	159,9	1260	24,5

Бухгалтер _____

Сизова Н.Н.

Шеф повар _____

Юрченкова И.Н.