

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад № 46"
Жомарова Н.Н./

МЕНЮ

13 марта 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								
2012	413	КАША ОВСЯНАЯ " ГЕРКУЛЕС"	130	4	5,4	15,4	128	0,4
2008	1	ПЕЧЕНЬЕ С МАСЛОМ	15/5	1,1	5,6	11,2	100	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	12,4	83	0,5
Итого			300	8	13,4	39	311	0,9
Обед								
2008	83	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ	150/9	3,5	5,4	8,8	102	7,4
2008	317	ЗРАЗЫ ИЗ КУР	50	6,5	7,3	4	107	0,4
2008	181	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	110	2,7	3,8	29	162	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			8,3	33	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,8	81	0
Итого			509	15,3	16,8	66,9	485	7,8
Полдник								
		ГРЕНКИ С СЫРОМ	39/10	5,1	8,7	19,5	178	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	9,4	12,4	26,5	257	0,8
Ужин								
2008	55	ИКРА ОВОЩНАЯ ПО-ДОМАШНЕМУ	30	0,6	2,6	2,2	35	0,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,2	3,4	13,6	94	6,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,3	49	0
Итого			301	4,5	6,1	32,2	203	7,3
Всего				37,2	48,7	164,6	1256	16,8

Шеф-повар

Агафонова Т.В.

АГАФОНОВА Т.В.

Утверждаю

Заведующая
МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад № 46"
/Комарова Н.Н./

МЕНЮ
13 марта 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								
2012	413	КАША ОВСЯННАЯ " ГЕРКУЛЕС"	150	4,5	6,2	16,6	141	0,4
2008	1	ПЕЧЕНЬЕ С МАСЛОМ	20/6	1,5	7	14,9	128	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,7	14	94	0,5
Итого			356	9,2	15,9	45,5	363	0,9
Обед								
2008	83	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ	180/11	4,2	6,6	10,8	124	8,8
2008	278	ЗРАЗЫ ИЗ КУР	70	8,5	9,8	4,9	141	0,6
2008	181	РИС РАССЫПЧАТЫЙ	130	3,2	4,5	34,3	191	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,1	37	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,8	81	0
Итого			611	18,5	21,2	75,9	574	9,4
Полдник								
		ГРЕНКИ С СЫРОМ	44/25	8,9	11,3	21,9	226	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,1	4,4	8,4	95	1
Итого			250	14	15,7	30,3	321	1,1
Ужин								
		ИКРА ОВОЩНАЯ ПО-ДОМАШНЕМУ.	50	1	4,5	3,9	60	3,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	3,7	15	102	7,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,3	38	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,3	49	0
Итого			361	5	8,3	38,5	249	10,6
Всего				46,7	61,1	190,2	1507	22

Шеф-повар Агафонова Т.В. АГАФОНОВА Т.В.