

Утверждаю

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



## МЕНЮ

21 февраля 2025 г.

Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	130	3,5	4,3	17,3	124	0,4
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	25/5/6	3,4	6,7	13,1	127	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,2		8,4	34	0
<b>Итого</b>			<b>316</b>	<b>7,1</b>	<b>11</b>	<b>38,8</b>	<b>285</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/8	4,1	5,2	12,5	116	3,8
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	130	7,3	8,5	18,9	183	9,9
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>478</b>	<b>14</b>	<b>14,1</b>	<b>55,7</b>	<b>410</b>	<b>13,7</b>
<b>Полдник</b>								
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	3,7	4	28,4	164	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>8</b>	<b>7,7</b>	<b>35,4</b>	<b>243</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,8	1,9	3,2	34	1,6
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	6,5	9,8	4,8	134	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,2	48	0
<b>Итого</b>			<b>311</b>	<b>9</b>	<b>11,8</b>	<b>25,3</b>	<b>245</b>	<b>1,8</b>
<b>Всего</b>				<b>38,1</b>	<b>44,6</b>	<b>155,2</b>	<b>1183</b>	<b>16,8</b>

Шеф-повар

*Агафонова Т.В.*

АГАФОНОВА Т.В.

Утверждаю

Заведующая  
МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад № 46"

/Комарова Н.Н./



## МЕНЮ

21 февраля 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,8	4,8	19,5	137	0,5
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	30/6/7	3,1	7,2	13	130	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,3		10,7	44	0
<b>Итого</b>			<b>373</b>	<b>7,2</b>	<b>12</b>	<b>43,2</b>	<b>311</b>	<b>0,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180/9	4,7	5,3	13,8	124	4,6
		КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	150	8,3	9	21,7	201	11,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	32	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>16,3</b>	<b>14,7</b>	<b>64,8</b>	<b>459</b>	<b>15,9</b>
<b>Полдник</b>								
		ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	4,8	5,7	38,5	224	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5	4,4	8,4	95	0,9
<b>Итого</b>			<b>251</b>	<b>9,8</b>	<b>10,1</b>	<b>46,9</b>	<b>319</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,9	2,5	4	43	2,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	6,9	12	6	159	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,4	34	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,5	50	0
<b>Итого</b>			<b>361</b>	<b>9,5</b>	<b>14,6</b>	<b>28,9</b>	<b>286</b>	<b>3</b>
<b>Всего</b>				<b>42,8</b>	<b>51,4</b>	<b>183,8</b>	<b>1375</b>	<b>20,4</b>

Шеф-повар

*Агафонова Т.В.*

АГАФОНОВА Т.В.