

Утверждаю

Заведующий
 МАДОУ "Детский сад № 9 "Журавлик"
 _____ /Осипова Екатерина Николаевна/

МЕНЮ

5 июня 2025 г.

Сад 10,5 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 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком | 155/20 | 21.92 | 13.97 | 24.40 | 316.09 | 0.00 |
| 2008 | 323 | ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 170 | 4.84 | 1.27 | 21.93 | 118.31 | 0.00 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗД. ОТВАР. (аллергики) | 185 | 6.86 | 5.99 | 39.04 | 238.24 | 0.00 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 195 | 4.81 | 3.91 | 14.52 | 112.35 | 0.00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 190 | 0.00 | 0.00 | 3.22 | 12.89 | 0.00 |
| 2008 | | БАТОН | 31 | 2.33 | 0.90 | 15.95 | 81.31 | 0.00 |
| Итого | | | 401 | 29.06 | 18.78 | 54.87 | 509.75 | 0.00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 101 | 0.40 | 0.40 | 9.86 | 47.29 | 0.00 |
| Итого | | | 101 | 0.40 | 0.40 | 9.86 | 47.29 | 0.00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 60 | 0.45 | 4.02 | 1.41 | 43.56 | 0.00 |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБОЙ | 200 | 8.43 | 3.02 | 13.09 | 113.68 | 0.00 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ с мясом | 200 | 14.17 | 27.87 | 18.35 | 381.71 | 0.00 |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК и ПЛОДОВ | 200 | 0.20 | 0.10 | 27.80 | 115.00 | 0.00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 39 | 2.57 | 0.34 | 16.44 | 85.34 | 0.00 |
| Итого | | | 699 | 25.82 | 35.35 | 77.09 | 739.29 | 0.00 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 4.96 | 4.49 | 0.27 | 61.29 | 0.00 |
| 2008 | | ЯБЛОКО (аллергики) | 53 | 0.21 | 0.21 | 5.18 | 24.83 | 0.00 |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" | 60 | 0.98 | 5.13 | 5.17 | 71.16 | 0.00 |
| 2012 | 383 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 175 | 0.08 | 0.00 | 23.40 | 93.85 | 0.00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0.00 | 0.00 | 4.84 | 19.35 | 0.00 |
| 2008 | | БАТОН | 31 | 2.33 | 0.90 | 15.95 | 81.31 | 0.00 |
| Итого | | | 306 | 8.35 | 10.52 | 44.79 | 307.61 | 0.00 |
| Всего | | | | 63.63 | 65.05 | 186.61 | 1 603.94 | 0.00 |

Раскладчик меню _____ Антонова Е.В.