

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ г. Нягани Д/с №1 "Елочка"

/Адамова.Н.В./



МЕНЮ

5 мая 2025 г.

Сад 12 часов от 3 до 7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	89	СУП МОЛОЧНЫЙ ЯЧНЕВЫЙ	200/3	5,50	5,97	18,06	148,95	0,73
2008	8	ЯЙЦО ВАРЕННОЕ (диабет)	40	5,66	5,13	0,31	70,05	0,00
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (диабет)	85	14,94	12,68	5,23	195,01	0,42
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (диабет)	135	4,53	8,53	28,80	210,26	0,00
2008	263	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008	263	ЧАЙ (диабет)	200	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008	7	ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
Итого			443	8,50	9,89	62,34	373,80	0,73
Обед								
		КУКУРУЗА КОНС. ПОРЦ.	30	0,90	0,06	1,90	11,68	1,20
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/3	2,14	2,34	15,21	90,70	6,72
2008	259	ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	50/30	9,78	29,13	0,74	304,63	0,72
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,58	4,57	37,66	205,71	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	19,36	77,41	0,00
2008	263	ЧАЙ (диабет)	200	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	4	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			733	21,34	36,64	106,88	842,76	8,64
Полдник								
2008	15	МОЛОКО	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
2012	462	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	0,41	5,16	12,13	95,57	1,50
Итого			250	6,04	11,37	21,25	211,97	2,54
Ужин								
2008	281	КОТЛЕТА" НОВИНКА"	50	6,21	15,86	4,20	184,44	0,70
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,83	5,50	13,02	114,56	25,46
2012	398	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,31	0,14	27,58	114,04	52,00
2008	263	ЧАЙ (диабет)	200	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
Итого			450	13,17	21,81	69,89	531,45	78,16
Всего				49,05	79,71	260,36	1 959,98	90,07

С.Т. Кушубакова

Повар

С.Т. Кушубакова

Кушубакова.С.Т.