

Утверждаю

заведующий
МАДОУ г. Нягани "Д/с №6 Рябинка"
_____/Н.А.Волошина/

МЕНЮ
30 мая 2025 г.

3-7 лет

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								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	180	6,34	7,15	31,22	212,97	0,22
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	13,49	54,67	0,00
2008		БАТОН	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			395	6,58	11,30	44,76	305,14	0,22
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ.	50	0,76	2,55	4,71	45,28	7,61
1994	186	СУП ПО ДОМАШНЕМУ	180	5,86	5,16	13,31	123,22	0,43
2005	11	ЗЕЛЕНЬ СВЕЖАЯ К ПЕРВОМУ БЛЮДУ	3	0,11	0,01	2,21	1,43	0,00
2008	233	ГОРБУША ЖАРЕНАЯ	50	11,80	10,60	2,20	151,00	0,00
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,11	2,87	14,24	91,09	0,04
2008	442	СОК	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,71	0,17	19,67	87,08	0,00
		ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,00
Итого			583	25,08	21,87	83,07	623,00	11,08
Полдник								
		МОЛОКО	150	4,35	4,80	7,05	90,00	1,95
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			170	5,85	6,76	21,93	173,40	1,95
Ужин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	4,00	2,80	2,80	38,80	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,22	9,03	10,49	156,09	0,52
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,14	3,80	32,85	186,39	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	28,53	117,91	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,57	0,26	29,51	130,61	0,00
Итого			430	20,47	15,98	104,18	629,80	0,52
Всего				58,88	56,11	262,04	1 774,34	73,77

Бухгалтер _____

Медицинская сестра _____

Повар с м/о _____ Г.А.Агафонова