

Утверждаю

и.о.заведующий
 МАДОУ г. Нягани "Д/с №6 Рябинка"
 _____/Е.В.Межевикина/

МЕНЮ

25 апреля 2025 г.

Алергии весна 1

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	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,58	6,17	34,14	214,32	0,00
2012	122	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА (ПАРОВЫЕ)	30	4,20	10,57	0,23	112,92	0,00
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,25	0,00	5,37	22,47	0,00
2008		БАТОН	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2015	3	ПОВИДЛО ПОРЦИОННО	10	0,04	0,00	6,73	27,06	0,05
Итого			400	10,07	16,74	46,47	376,77	0,05
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Обед								
1994	186	СУП ПО ДОМАШНЕМУ	180	5,78	5,22	15,53	126,41	0,16
2005	11	ЗЕЛЕНЬ СВЕЖАЯ К ПЕРВОМУ БЛЮДУ	3	0,11	0,01	2,24	1,45	0,00
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	15,00	12,88	0,16	176,83	0,74
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,73	4,34	10,39	93,05	24,01
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,10	0,10	19,80	81,07	1,00
		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			603	27,41	23,08	79,67	625,29	25,91
Полдник								
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,10	0,10	19,80	81,07	1,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
Итого			220	3,10	4,02	49,56	247,87	1,00
Ужин								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	51	7,90	5,70	3,82	98,24	0,49
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,15	4,31	17,59	117,93	0,00
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,26	0,01	15,22	62,94	0,52
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,57	0,26	29,51	130,61	0,00
Итого			391	12,88	10,28	66,14	409,72	1,01
Всего				53,81	54,47	250,46	1 701,01	36,77

Бухгалтер _____

Медицинская сестра _____

Повар с м/о _____

Г.А.Агафонова