

Утверждаю

и.о. Заведующий  
 МАДОУ ХМР "Детский сад "Березка" п. Горноправдинск"  
 /Захарова Н. Ю. /



# МЕНЮ

19 декабря 2024 г.

от 1 - 3 -х лет, режим работы 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,58	5,86	18,94	147,54	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,21	2,62	17,08	100,94	0,13
2019	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧН, МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>9,11</b>	<b>12,80</b>	<b>51,11</b>	<b>356,93</b>	<b>0,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,10	0,20	16,10	67,00	400,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>16,10</b>	<b>67,00</b>	<b>400,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ)	150	0,76	0,95	5,71	34,50	2,80
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,17	10,05	16,51	201,75	13,35
2008	366	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,69	2,22	2,55	39,69	0,02
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	8,89	35,53	0,00
2019	148	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>15,93</b>	<b>13,66</b>	<b>54,86</b>	<b>413,45</b>	<b>16,17</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,43	4,89	7,18	91,69	0,00
2019	п/п	ПЕЧЕНЬЕ	10	0,74	0,94	7,31	40,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>5,17</b>	<b>5,83</b>	<b>14,49</b>	<b>132,39</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ	100	2,10	1,83	13,37	78,17	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	1,22	1,26	9,19	53,02	0,06
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,11	0,00	10,87	43,88	0,02
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>3,43</b>	<b>3,09</b>	<b>33,43</b>	<b>175,07</b>	<b>0,08</b>
<b>Всего</b>				<b>33,74</b>	<b>35,58</b>	<b>169,99</b>	<b>1 144,84</b>	<b>416,38</b>

Шеф-повар

*Реч*

Дыба О. А.

Утверждаю

и.о. Заведующий  
 МАДОУ ХМР "Детский сад "Березка" п. Горноправдинск"  
 /Захарова Н. Ю. /



**МЕНЮ**  
 19 декабря 2024 г.

от 3 - 7, режим работы 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,89	9,37	23,58	203,37	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,04	6,60	0,06	59,84	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,66	3,13	20,46	120,90	0,15
2019	147	ХЛЕБ ПШЕНИЧН, МУКА ВЫСШ, СОРТ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>438</b>	<b>12,41</b>	<b>19,41</b>	<b>69,19</b>	<b>502,52</b>	<b>0,15</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,10	0,20	16,10	67,00	400,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>16,10</b>	<b>67,00</b>	<b>400,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	ЛУК НА СТОЛЫ	17	0,19	0,03	1,13	5,67	0,57
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ)	200	1,09	3,39	7,92	66,78	3,85
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,91	13,26	20,61	258,24	16,69
2008	366	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,00	3,10	3,30	45,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	10,65	42,57	0,00
2019	148	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
<b>Итого</b>			<b>647</b>	<b>19,50</b>	<b>20,22</b>	<b>64,81</b>	<b>520,24</b>	<b>21,11</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,43	4,89	7,18	91,67	0,00
2019	п/п	ПЕЧЕНЬЕ	10	0,74	0,94	7,31	40,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>5,17</b>	<b>5,83</b>	<b>14,49</b>	<b>132,37</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ	120	2,46	4,36	15,99	112,89	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	2,04	3,95	15,31	104,97	0,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	13,01	52,54	0,02
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>4,62</b>	<b>8,31</b>	<b>44,31</b>	<b>270,40</b>	<b>0,12</b>
<b>Всего</b>				<b>41,80</b>	<b>53,97</b>	<b>208,90</b>	<b>1 492,53</b>	<b>421,38</b>

Шеф-повар Дыба Дыба О. А.