

Утверждаю

Заведующий
МАДОУ г.Нягань "Д/С №7"Журавлик"
_____/Шмулявцева С ,Ю/

МЕНЮ
21 апреля 2025 г.

Сад 12 ч. с 3х-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 МАННАЯ С С/М	180/4	5,13	6,52	22,65	168,19	0,12
2008	к/к	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	20	2,47	2,24	0,14	30,61	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,76	1,55	16,47	86,38	0,06
2000	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,24	0,87	14,49	76,24	0,00
Итого			414	11,60	11,18	53,75	361,42	0,18
II Завтрак								
2008	К/К	АПЕЛЬСИН	100	0,60	0,13	5,43	28,81	40,20
Итого			100	0,60	0,13	5,43	28,81	40,20
Обед								
2008	К/К	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	397	СВЕКОЛЬНИК С ЗЕЛЕНЬЮ	180/2	1,01	4,10	5,93	68,14	3,44
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	2,56	6,91	19,72	151,58	10,22
2008	33	КОМПОТ "ЦИТРОН"	180	0,11	0,07	15,05	61,96	2,07
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,19	9,33	46,37	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	2,38	0,49	22,31	106,70	0,00
Итого			642	7,59	11,76	72,34	434,75	15,73
Полдник								
2008	к/к	МОЛОКО	200	5,82	6,21	9,31	114,46	0,24
2008	171	БУЛОЧКА ТЮМЕНСКАЯ	50	3,72	2,59	25,47	139,92	0,02
Итого			250	9,54	8,80	34,78	254,38	0,26
Ужин								
2008	17	САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ	50	0,53	3,10	1,02	34,10	7,31
2008	246	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70	10,27	6,27	6,79	125,56	0,61
2012	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ*	120	3,05	3,65	32,01	173,04	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,11	0,06	11,45	47,50	2,14
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,19	9,33	46,37	0,00
Итого			460	15,49	13,27	60,60	426,57	10,06
Всего				44,82	45,14	226,90	1 505,93	66,43

Медицинская сестра _____ Воженина Л.П.

Заведующий производством _____ Медунецкая Л.И.