

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „Солнышко“

/Фефилова Г.Н./

# МЕНЮ

11 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,2	6,5	23,8	175	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	2,7	15,4	101	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	6,1	15,1	125	0
Итого			416	11	15,3	54,3	401	1,2
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Обед</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,3	4,7	13,2	112	0,6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУР	50/50	10	13,4	4,9	182	2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,9	4,3	21,9	146	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			6	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,5	84	0
Итого			631	21,9	22,8	63,5	548	2,6
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1/2 ШТ.	45	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,7	5,3	19,1	140	19,8
2008	435	СНЕЖОК	203					0
2008		БАТОН	35	2,7	1,1	17,5	91	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,5	0,5	13,4	64	13,6
Итого			563	9,4	9,1	50,1	326	33,4
Всего				42,8	47,3	178	1318	39,2

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко”

/Фефилова Г.Н./

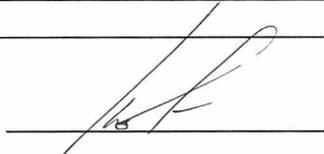
# МЕНЮ

11 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	5,7	7,4	25,2	191	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	2,7	15,8	102	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,1	7	20	155	0
Итого			447	12,3	17,1	61	448	1,2
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Обед</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	6,4	5,6	23,7	171	0,8
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУР	50/50	11,7	16,9	8,8	235	2,2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6	5,1	27,5	179	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,5	22	106	0
Итого			732	27,5	28,1	90,7	726	3
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1/2 ШТ.	45	2,5	2,2	0,1	31	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	4,9	5,2	25,9	174	30,9
2008	435	СНЕЖОК	203					0
2008		БАТОН	35	2,7	1	17,4	90	0
2008		ЯБЛОКО	87	0,3	0,3	8,6	41	8,7
Итого			570	10,4	8,7	52	336	39,6
Всего				50,7	54	213,8	1553	45,8

шеф - повар



Коржина В.В.