

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „Солнышко”

/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

Ясли 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		
Завтрак								
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	190	6	7,4	22,5	182	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	215	3,6	2,8	16,1	106	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/6	1,4	5,5	9	92	0
Итого			431	11	15,7	47,6	380	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РОЖКАМИ СО СМЕТАНОЙ	255	2,8	3,9	17,7	121	4,4
2008	304	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С МЯСОМ И РИСОМ	150	13,2	24,5	22,4	365	16,4
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	55	1,2	3,6	6,9	66	0,6
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,7	80	0
Итого			699	19,8	32,3	73,4	671	21,4
Уплотнённый полдник								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	75	15,9	5,4	9,3	149	1,2
2008	299	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,8	3,8	17,6	117	8,4
2008	435	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,2		8,1	33	0
2008		БАТОН	12	0,9	0,4	6	31	0
2008		ЯБЛОКО	1			0,1	1	0,1
Итого			378	19,8	9,6	41,1	331	9,7
Всего				51,1	57,7	172,2	1425	34,3

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко"

/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

11 апреля 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		
Завтрак								
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	210	6,8	8,9	24,4	206	0,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	210	3,9	3,1	16,1	109	0,7
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	1,8	6,5	12,1	115	0
Итого			452	12,5	18,5	52,6	430	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РОЖКАМИ СО СМЕТАНОЙ	250	2,5	4	14,9	112	4,3
2008	304	ЗАПЕКАКА ОВОЩНАЯ С МЯСОМ И РИСОМ	170	14,2	25,9	24,6	392	22,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	1,2	3,6	7,1	67	0,9
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,4	20,8	100	0
Итого			719	21,1	33,9	76,1	706	27,3
Уплотнённый полдник								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	90	17,4	5,1	9,2	152	1,2
2008	299	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,7	4	21,1	136	9,8
2008	435	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,2		8	33	0,1
2008		БАТОН	18	1,4	0,5	9	47	0
2008		ЯБЛОКО				0,1		0,1
Итого			398	22,7	9,6	47,4	368	11,2
Всего				56,8	62,1	186,2	1547	42

шеф - повар

Коржина В.В.