

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ - детский сад „ Солнышко”  
/Фефилова Г.Н./

# МЕНЮ

12 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ	190	5,4	6,3	21,2	164	0,6
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,5	3	14,2	99	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,9	15	123	0
Итого			416	11,2	15,2	50,4	386	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	92	СУП КУЛЕШ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	195	3,8	5,3	9,3	104	3,4
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	10,3	21,6	6,7	264	0,4
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	2,8	4,6	15,3	114	7
2008	411	КИСЕЛЬ	167			19,8	79	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,8	81	0
Итого			592	19,5	31,8	67,9	642	10,8
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	177	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С РИСОМ	150	5,6	6,2	22,9	172	20,9
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	55	1,2	3,9	7,1	69	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,8	31	0
2008		БАТОН	20	1,5	0,6	10	52	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			505	8,7	11,1	57,6	371	31,8
Всего				39,9	58,2	186	1442	45,8

шеф - повар

  
Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ - детский сад „ Солнышко”  
/Фефилова Г.Н./

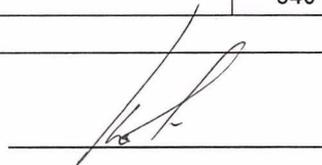
## МЕНЮ

12 февраля 2025 г.

Сад 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ	210	6,7	6,7	28	200	0,7
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,8	3,1	17,1	113	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,1	7	20,1	156	0
Итого			467	13,6	16,8	65,2	469	1,3
<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	92	СУП КУЛЕШ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	195	4,9	5,8	14,6	135	5,2
2008	239	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	11,7	25,8	7,2	308	0,5
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	130	3,4	5,6	20,4	146	9,6
2008	411	КИСЕЛЬ	198			20	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,3	0,4	20,9	101	0
Итого			632	23,3	37,6	83,1	770	15,3
<b>Уплотнённый полдник</b>								
2008	177	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С РИСОМ	170	5,9	6,2	23,2	174	22,3
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	1,3	3,9	7,7	71	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,7	39	0
2008		БАТОН	40	3,1	1,2	20	104	0
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			540	10,7	11,7	69,2	429	32
Всего				48,1	66,2	227,6	1711	50,6

шеф - повар



Коржина В.В.