

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „Солнышко“

Фефилова Г.Н.

МЕНЮ

17 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ	185	5,4	7,1	18,9	162	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	180	1,5	1,3	11,2	62	0,3
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	6	15	124	0
Итого			401	9,2	14,4	45,1	348	0,9
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	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1,2	3,2	7,1	62	3,3
2008	91	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	210	10,3	9,3	23,1	224	6,5
2008	259	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	11,6	22,1	9,1	280	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,5	6	20,1	149	9,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,3	78	0
Итого			708	29,1	40,9	81,6	817	19,6
Уплотнённый полдник								
2008	219	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ	130	16,1	12,8	41	347	0,3
2008	435	СНЕЖОК	200					0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,2	1,5	11,4	64	0
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15	78	0
Итого			375	19,6	15,2	67,4	489	0,3
Всего				58,4	70,6	204,2	1697	22,8

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „Солнышко“

/Фефилова Г.А

МЕНЮ

17 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ	205	6,9	8,1	24,3	198	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	185	2,3	1,9	13,5	81	0,4
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3,1	6,9	20,1	156	0
Итого			437	12,3	16,9	57,9	435	1,1
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	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1,2	3,1	7,1	61	3,3
2008	91	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	205	12	13,3	28,5	289	8
2008	259	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	12,1	26,3	8,9	321	0,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,8	5,6	23	159	10,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			10,7	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,1	0,4	20,2	97	0
Итого			713	32,2	48,7	98,4	970	22,7
Уплотнённый полдник								
2008	219	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С ФРУКТОВОЙ ПОДЛИВОЙ	175	16,5	12,7	50,5	385	0,3
2008	435	СНЕЖОК	200					
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	84	0
2008		БАТОН	30	3,5	1,3	30,9	151	3,1
Итого			425	21,5	16	96,3	620	3,4
Всего				66,5	81,7	262,7	2068	29,2

шеф - повар

Коржина В.В.