

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 февраля 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	189	КАША РИСОВАЯ	180	4,6	6,1	23,6	170	0,6
2008	430	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,5	84	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,2	5,7	14,4	118	0
Итого			396	9,6	14,2	50,5	372	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	79	СУП С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	10,2	2,4	29,5	189	7,5
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУР	65	18,2	18,6	5,9	267	1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	5,2	11,1	106	22,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,8	0,4	18,2	88	0
Итого			598	34,2	26,6	72,4	681	30,7
Уплотнённый полдник								
2008	240	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	75	15	3,7	4,8	110	0,4
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,2	3	20,6	123	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/9			7,7	31	0
2008		БАТОН	29	2,2	0,9	14,4	75	0
2008		МАНДАРИН	87	0,7	0,2	6,6	33	33,4
Итого			495	21,1	7,8	54,1	372	33,8
Всего				65,4	48,7	187,1	1468	67,6

шеф - повар


Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая
МДОУ - детский сад „Солнышко“
/Федилова Г.Н./

МЕНЮ

19 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		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ	200	5,2	7,3	29,4	205	0,6
2008	430	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	15,5	96	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/7	3	7	19,4	152	0
Итого			427	11	16,7	64,3	453	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	79	СУП С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200	11,6	2,7	34,6	218	9,9
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУР	65	17,5	17,4	7,2	257	1,2
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	4,3	6,3	15,5	137	33,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,5	0,5	22,6	109	0
Итого			668	36,9	26,9	88,6	756	44,6
Уплотнённый полдник								
2008	240	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	16	4,3	7,9	132	0,4
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,3	4,8	34,2	201	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			7,8	31	0
2008		БАТОН	38	3	1,2	19,3	100	0
2008		МАНДАРИН	127	0,8	0,2	7,8	39	39,4
Итого			575	25,1	10,5	77	503	39,8
Всего				73,5	54,2	240	1755	87,5

шеф - повар

Коржина В.В.