

Утверждаю

Заведующая

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

МЕНЮ

25 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	190	КАША ПШЁННАЯ	185	6,1	7	26,7	196	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,4	2,7	15	99	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/16	6,3	10,9	14,8	183	0
Итого			437	15,8	20,6	56,5	478	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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	185	4,8	4,9	20,9	148	0,7
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУР	50/50	10,1	14,4	5,4	195	1,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,8	5,7	22,4	156	10,4
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,8	0,4	18,2	88	0
Итого			678	21,5	25,4	75,6	622	13
Уплотнённый полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1 ШТ.	47	5,2	4,8	0,3	64	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,5	5,7	19,2	144	19,9
2008	435	СНЕЖОК	202					0
2008		БАТОН	34	2,6	1	17	88	0
2008		БАНАН	136	2	0,7	28,7	131	13,7
Итого			599	13,3	12,2	65,2	427	33,6
Всего				51,1	58,3	207,4	1570	49,8

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „Солнышко“

/Федилова Г.Н./

МЕНЮ

25 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	190	КАША ПШЕННАЯ	205	6,7	7,8	28,2	210	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,6	2,7	16	104	0,6
2008	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/18	7,4	12,5	19,6	222	0
Итого			470	17,7	23	63,8	536	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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ	255	5,5	5,5	21,4	158	0,8
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУР	55/50	11,3	17,8	8,8	245	2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	5,5	22,2	153	10,4
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,5	22,8	110	0
Итого			764	24,1	29,3	83,9	701	13,2
Уплотнённый полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1 ШТ.	47	5,2	4,8	0,3	64	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	4,8	5,4	25,3	173	30,4
2008	435	СНЕЖОК	202					0
2008		БАТОН	34	2,6	1	17	88	0
2008		БАНАН	100	1,3	0,4	18,4	84	8,8
Итого			583	13,9	11,6	61	409	39,2
Всего				56,2	64	218,8	1689	55,6

шеф - повар

Коржина В.В.