

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко”

Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

28 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		КАША ЯЧНЕВАЯ	185	4,8	6,1	19,4	154	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	205	3,5	2,7	15,4	101	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/6	1,5	5,4	9,5	93	0
Итого			416	9,8	14,2	44,3	348	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 С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	245	2	3,3	13,4	95	4,4
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	90	10,3	22,4	9,1	282	20,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	80	2,5	2,7	15	95	7
2008	396	КИСЕЛЬ	718	0,2	0,2	3,6	17	1,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,4	0,3	15,3	74	0
Итого			1169	17,4	28,9	56,4	563	33,1
Уплотнённый полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	11,8	15,1	5,3	206	0,5
		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	175	0,4		7,5	32	0,1
2008		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	10	1	0,4	9,7	46	0
Итого			300	13,2	15,5	22,5	284	0,6
Всего				40,9	58,7	133,3	1238	36,9

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко“

Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

28 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		КАША ЯЧНЕВАЯ	205	5,1	7	21,6	171	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	205	3,6	2,7	15,9	103	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2	6,6	12,9	118	0
Итого			447	10,7	16,3	50,4	392	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	245	2,5	3,8	16,4	115	5,6
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	140	11,3	26,4	11,1	331	26,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,5	4,6	22,2	145	10,6
2008	396	КИСЕЛЬ	202			21,9	88	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			752	20,3	35,2	90,7	771	42,4
Уплотнённый полдник								
2008	192	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130/5	12,6	15,5	10,3	233	0,5
		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	170			6,9	28	0,3
2008		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25	1,7	0,6	46	196	0,1
2008		БАНАН	100	2,6	0,9	36,8	168	17,5
Итого			430	16,9	17	100	625	18,4
Всего				48,4	68,6	251,2	1831	64

шеф - повар

Коржина В.В.