

Утверждаю

Заведующая
МДОУ - детский сад „ Солнышк
/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

28 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	189	КАША МАННАЯ	205	5,4	5,3	23,1	162	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,6	34	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,3	25,7	143	0
Итого			420	8	8,6	57,4	339	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	56	ИКРА ОВОЩНАЯ	40	1,3	1,8	7,3	51	3,4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	2	2,9	10,3	79	7,8
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	60	10,2	25,3	7	299	1,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,3	4,7	19,7	134	9,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170			8,6	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			638	19,3	35	69,1	675	21,6
Уплотнённый полдник								
2008	147	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	8,3	9,3	51,6	326	3,2
2008		КЕФИР	193	5,6	4,8	7,7	103	1,
2008		БАТОН	58	4,5	1,7	29,1	151	0
2008		ЯБЛОКО	127	0,5	0,5	12,5	60	12,8
Итого			528	18,9	16,3	100,9	640	17,4
Всего				46,7	60	237,3	1697	41,6

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая

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

МЕНЮ

28 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	189	КАША МАННАЯ	205	5,7	6,4	24,7	180	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,6	35	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,3	25,5	142	0
Итого			420	8,3	9,7	58,8	357	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	1,6	3	9,9	74	4,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200	2,7	3,7	14,8	111	10,4
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	60	10,4	24,5	7,2	297	1,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	5,7	21,1	150	9,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,6	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			708	21,6	37,3	81,9	765	25,9
Уплотнённый полдник								
2008	147	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	8,9	10,1	55,8	350	3,7
2008		КЕФИР	214	6,2	5,4	8,6	114	1
2008		БАТОН	73	5,6	2,2	36,4	188	0
2008		ЯБЛОКО	145	0,5	0,5	12,5	60	12,8
Итого			582	21,2	18,2	113,3	712	18
Всего				51,6	65,3	264,1	1877	46,5

шеф - повар

Коржина В.В.