

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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 ПШЕННАЯ	180	6,3	6,2	25,2	183	0,7
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	13,2	89	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/6/12	5,8	10,6	13,5	173	0
Итого			408	15,1	19,3	51,9	445	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	117	СУП ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	2,7	3,1	13,2	95	4,8
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРОЙ	150	12,7	14,6	15,8	248	8,1
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,6	1,6	3,4	32	0,9
2008	402	КИСЕЛЬ	183			17,3	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
Итого			600	18,5	19,6	65,5	520	13,8
Уплотнённый полдник								
1997	71	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	40	0,7	3,9	3,5	52	1
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	11,8	14,5	8,5	214	0,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,5	2	14,9	83	0
2008	435	КЕФИР	182	5,3	4,5	7,3	96	1,3
2008		БАТОН	27	2,1	0,8	13,5	70	0
2008		ЯБЛОКО	106	0,4	0,4	10,4	50	10,6
Итого			585	21,8	26,1	58,1	565	13,5
Всего				55,9	65,1	185,6	1573	30,5

шеф - повар

Коржина В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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 ПШЕННАЯ	200	6,5	6,9	27,4	199	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	3	15	102	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/7/20	6,7	11,8	18,2	208	0
Итого			467	16,8	21,7	60,6	509	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	117	СУП ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,8	3,7	14	105	5
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРОЙ	170	15,4	24	23,5	373	12
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,6	1,6	3,4	31	0,9
2008	402	КИСЕЛЬ	203			17,3	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,7	95	0
Итого			670	21,9	29,7	77,9	673	17,9
Уплотнённый полдник								
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,8	2,1	6,9	50	1,2
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	11,8	14,6	8,5	214	0,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2008	435	КЕФИР	202	5,9	5,1	8,1	107	1,4
2008		БАТОН	27	2,1	0,8	13,5	70	0
2008		ЯБЛОКО	107	0,4	0,4	10,4	50	10,7
Итого			616	23,3	25,9	69,7	616	13,9
Всего				62,5	77,4	218,3	1841	35

шеф - повар

Коржина В.В.