

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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 РИСОВАЯ	185	4,7	6	23,1	166	0,6
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	185	2,3	1,7	11,9	73	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/6	2,4	7,1	7,8	104	0
Итого			396	9,4	14,8	42,8	343	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	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	160	2,3	0,1	14	68	6,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	130	11	27,5	11,2	338	18,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	90	2,4	3,5	12,1	90	5,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			598	18,2	31,4	61,2	605	30,4
Уплотнённый полдник								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	209	РОЖКИ МОЛОЧНЫЕ	115	3,5	5,4	8,4	97	0,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/9			7,8	31	0
2008		БАТОН	15	1,2	0,5	7,8	40	0
2008		ЯБЛОКО	27	0,1	0,1	2,7	13	2,8
Итого			391	9,9	10,6	27	244	3,4
Всего				38	56,9	141,1	1235	36,9

шеф - повар _____ Коржина В.В.

Утверждаю

Заведующая

МДОУ - детский сад „ Солнышко”

/Фефилова Г.Н./

МЕНЮ

30 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ	205	5,3	7,3	29,2	204	0,6
2008	430	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,4	2,8	13,8	95	0,6
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	3,5	8,8	10,4	137	0
Итого			422	12,2	18,9	53,4	436	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	79	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3	1,9	18	105	7,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	100	12,1	31,3	10,1	374	20,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,7	3,6	13,9	99	6,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,2	97	0
Итого			648	21	37,2	70,9	710	34,3
Уплотнённый полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 1ШТ	45	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	209	РОЖКИ МОЛОЧНЫЕ	135	9,3	6,5	45,9	280	0,6
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			7,8	31	0
2008		ПРЯНИКИ	30	2,7	2,1	33,8	165	0
2008		БАТОН	21	1,6	0,6	10,3	54	0
2008		ЯБЛОКО	32	0,1	0,1	3,1	15	3,2
Итого			463	18,6	13,8	101,2	606	3,8
Всего				52,3	70	235,6	1795	41,3

шеф - повар

Коржина В.В.