

Согласовано

Заведующий
МБДОУ
Каменева Л.В /



МЕНЮ

1 апреля 2025 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>(крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	200	5,9	6,8	29,7	204	0,5
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной пшен.мука высш сорт обог. микронутриентами)</small>	35	2,6	1	18	92	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	8		6,6	0,1	60	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый)</small>	180	0,1		12,9	52	0
Итого			423	8,6	14,4	60,7	408	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>()</small>	100					0
Итого			100					0
Обед								
2012	64	СВЕКОЛЬНИК НА К/Б <small>(свекла, картофель, морковь, лук порей, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, куры потрош. 1 категории)</small>	200	10,5	10,8	27,1	248	14,2
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	150	3,6	4,6	37,7	206	0
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ <small>(лук репчатый, петрушка (зелень), молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай неразделанный)</small>	60	6,5	2,6	5,5	72	1,9
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 <small>(вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок)</small>	50	0,9	4,9	3,6	61	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	35	2,3	0,3	14,9	72	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" <small>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)</small>	180			13,9	56	0
Итого			675	23,8	23,2	102,7	715	17,1
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МАСЛОМ САХАРОМ <small>(творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)</small>	100	18,3	13,4	11,5	240	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый)</small>	180	0,1		12,9	52	0
Итого			280	18,4	13,4	24,4	292	0
Ужин								
2008	411	КИСЕЛЬ <small>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)</small>	200	0,1	0,1	27,9	113	2
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной пшен.мука высш сорт обог. микронутриентами)</small>	35	2,6	1	18	92	0
Итого			235	2,7	1,1	45,9	205	2
Всего				53,5	52,1	233,7	1620	19,6

Медсестра

Конева Е.М