

Согласовано



Заведующий  
МБДОУ  
/Каменова Л.В./

**МЕНЮ**  
**31 марта 2025 г.**  
**Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ САХАРОМ <small>(крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)</small>	150	8,3	6,3	42,8	261	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК <small>(молоко пастер 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)</small>	180	4,2	3,4	18,8	123	0,7
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>12,5</b>	<b>9,7</b>	<b>61,6</b>	<b>384</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>(сок яблочный)</small>	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА К/Б <small>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, пшено)</small>	200	3,4	4,5	23,9	150	7,7
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)</small>	150	17,9	13,7	27,7	306	11
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	25	0,2		0,4	3	1,3
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
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>23,8</b>	<b>18,5</b>	<b>80,8</b>	<b>587</b>	<b>20</b>
<b>Полдник</b>								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель, молоко пастер 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	150	2,7	5,1	17,7	128	8,5
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ <small>(рыба сельдь тихоокеанская среднесоленая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)</small>	50	7,1	7,1	1,6	99	2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small>	35	2,3	0,3	14,9	72	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый)</small>	180	0,1		12,9	52	0
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,2</b>	<b>12,5</b>	<b>47,1</b>	<b>351</b>	<b>10,5</b>
<b>Ужин</b>								
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩ <small>(какао-порошок, сахар песок, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>	180	2,1	2,1	22,4	117	0,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ ( )	20					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>2,1</b>	<b>2,1</b>	<b>22,4</b>	<b>117</b>	<b>0,1</b>
<b>Всего</b>				<b>51,1</b>	<b>42,9</b>	<b>221,8</b>	<b>1482</b>	<b>33,3</b>

Медсестра

Конева Е.М