



И.о.заведующей
МАДОУ "ЦРР - детский сад №58"
Ганина Наталья Петровна/

МЕНЮ

19 апреля 2024 г.
Сад 12 час

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|-------------|-------------------|--------------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 177 | КАША ИЗ СМЕСИ КРУП МОЛОЧНАЯ (крупа гречневая ядрица, крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 180 | 4,9 | 6,7 | 23,4 | 173 | 0,5 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | 180 | 2,8 | 2,4 | 11,1 | 78 | 0,5 |
| 2008 | | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое) | 40/6 | 3,1 | 5,1 | 20,1 | 138 | 0 |
| Итого | | | 406 | 10,8 | 14,2 | 54,6 | 389 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 399 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный) | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,8 | 42 | 0,8 |
| Итого | | | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,8 | 42 | 0,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 102 | СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К БУЛЬ,СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое) | 180 | 3,9 | 5,9 | 9,1 | 111 | 4,3 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 3 | 5,2 | 18,8 | 134 | 9 |
| 2008 | | ШНИЦЕЛЬ КУРИННЫЙ (куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, крупа рисовая) | 70 | 19,6 | 21,1 | 7,4 | 299 | 0,9 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок) | 180 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОН. (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102 | 0 |
| Итого | | | 610 | 29,8 | 32,6 | 63,3 | 673 | 14,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 | 1 |
| 2008 | | БАТОН (батон простой) | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,6 | 95 | 0 |
| Итого | | | 240 | 8,8 | 5,3 | 28,9 | 200 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 152 | БЛИНЫ С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, дрожжи, повидло) | 200/50 | 7,8 | 9,6 | 70,8 | 400 | 0,3 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок) | 200 | 0,1 | | 7,1 | 29 | 0 |
| Итого | | | 450 | 7,9 | 9,6 | 77,9 | 429 | 0,3 |
| Всего | | | 57,8 | 61,8 | 234,5 | 1733 | 17,3 | |