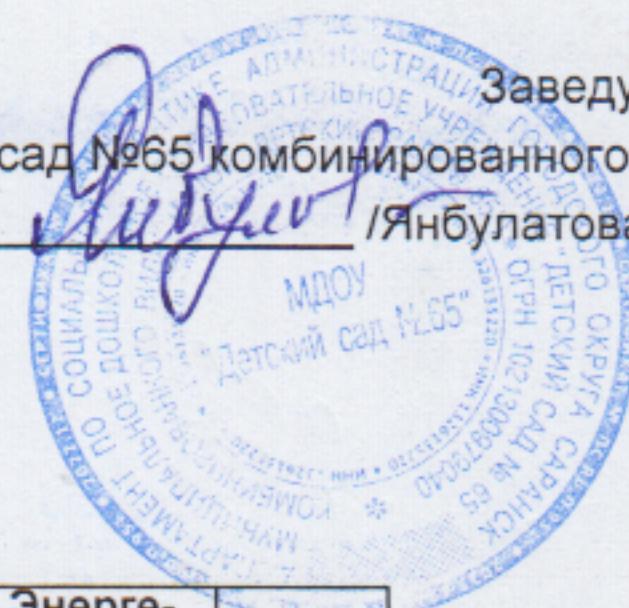


Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад №65 комбинированного вида"  
/Янбулатова Е.Н./

## МЕНЮ

27 апреля 2024 г.  
Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ (вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, пшено, крупа рисовая)	150	2,8	3,8	17,9	117	0,2
2008	184	КАША "ДРУЖБА" ВЯЗКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (пшено, крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2	2,8	18,4	107	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	4		3,3		30	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	1,5	1,1	10	56	0,2
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗМОЛОЧНЫЙ (аллергики) (кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	180	0,2		7,9	32	0
<b>Итого</b>			<b>354</b>	<b>5,8</b>	<b>8,3</b>	<b>37,6</b>	<b>249</b>	<b>0,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	200	1	0,2	19,6	83	1,6
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83</b>	<b>1,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, куры потрош. 1 категории, соль йодированная, фасоль)	150	5,7	6	10,4	121	8,1
2008	309	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПТИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	160	8,5	12,1	16,7	210	8,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,3	0,3	14,8	71	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>16,5</b>	<b>18,4</b>	<b>48,7</b>	<b>429</b>	<b>17</b>
<b>Полдник</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С" (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая)	180			5,4	22	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>20,3</b>	<b>105</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	30	0,5	2,5	2,2	34	2
2008		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,9	3,7	21,9	140	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3	0,2	19,5	92	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		7	28	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,5</b>	<b>6,4</b>	<b>50,6</b>	<b>294</b>	<b>2</b>
<b>Всего</b>				<b>33,3</b>	<b>35,3</b>	<b>176,8</b>	<b>1160</b>	<b>21</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Кимяева Е.И.