



Согласовано

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

## МЕНЮ

25 апреля 2024 г.  
 Ясли 12 час

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	4,7	5,9	20,8	156	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,4	2,1	10,6	72	0,4
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	40/6	3,2	5,3	19,6	139	0
<b>Итого</b>			<b>376</b>	<b>10,3</b>	<b>13,3</b>	<b>51</b>	<b>367</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	125	0,6	0,1	12,6	54	2,5
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,6</b>	<b>54</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ (томаты соленые)	40	0,4		1	5	1,6
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/К БУЛЬ.СО СМЕТАНОЙ (макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, картофель, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,4	3,6	15,7	108	4,2
2008	265	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое)	150	18,8	23,6	29,8	407	1,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	150			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,3	17	83	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>24,2</b>	<b>27,5</b>	<b>70,3</b>	<b>630</b>	<b>7,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ВАФЛЯ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	0,6	0,7	15,5	71	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>4,9</b>	<b>4,4</b>	<b>22,5</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ С КАПУСТОЙ (рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь)	60/110	16,6	7,3	5,8	157	20,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>18,2</b>	<b>7,4</b>	<b>22,8</b>	<b>232</b>	<b>20,3</b>
<b>Всего</b>				<b>58,2</b>	<b>52,7</b>	<b>179,2</b>	<b>1433</b>	<b>31,7</b>