

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "ЦРР - детский сад №58"

/Агеева Анна Михайловна/

**МЕНЮ**

1 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		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" НА СГУЩ,МОЛОКЕ (крупа рисовая, пшено, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,3	5,2	24,8	159	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахар песок)	150	0,2		7,9	32	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	40/6	3,2	5,3	19,6	139	0
Итого			346	6,7	10,5	52,3	330	0,1
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	125	0,6	0,1	12,2	52	1
Итого			125	0,6	0,1	12,2	52	1
Обед								
2008	102	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА М/К БУЛЬ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности)	150	3	6,5	12,7	124	6,2
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	150	19,2	19,6	13,1	306	27,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			490	24,8	26,5	49,6	539	34
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	458	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш. сорт, повидло, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	60	5,7	3,8	38,2	209	0,2
Итого			210	10	7,5	45,2	288	1
Ужин								
2008	193	ЛАПШЕВНИК ТВОРОЖНЫЙ С ПОВИДЛОМ (творог 5,0% жирности, макаронные изделия высш. сорт, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, повидло)	150/40	17,2	14,4	38,1	353	0,5
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
Итого			390	18,8	14,5	55,1	428	0,5
Всего				60,9	59,1	214,4	1637	36,6