

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "ЦРР - детский сад №58"

/Агеева Анна Михайловна/

# МЕНЮ

12 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>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,2	5,3	20,3	146	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	180	2,7	2,2	12,1	79	0,5
2008		БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сыр российский)	20/4	2,4	1,3	9,7	60	0
<b>Итого</b>			<b>354</b>	<b>9,3</b>	<b>8,8</b>	<b>42,1</b>	<b>285</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	125	0,6	0,1	12,2	52	1
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,2</b>	<b>52</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ НА М/К БУЛЬ,СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,5	5,8	14	125	3,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,7	4,1	18,4	122	8,9
2008		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ (куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый)	60	17,1	19,7	5,9	269	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>25,9</b>	<b>30</b>	<b>62,1</b>	<b>625</b>	<b>13</b>
<b>Полдник</b>								
2008		БАТОН (батон простой)	40	3,2	0,4	19,6	95	0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок)	180			20,3	81	0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>3,2</b>	<b>0,4</b>	<b>39,9</b>	<b>176</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт)	180	11,3	14,8	5,4	198	0,2
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>380</b>	<b>12,9</b>	<b>14,9</b>	<b>22,4</b>	<b>273</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>51,9</b>	<b>54,2</b>	<b>178,7</b>	<b>1411</b>	<b>15,1</b>