



Согласовано

Заведующая

МАДОУ "ЦРР - детский сад №58"

/Агеева Анна Михайловна/

МЕНЮ

8 мая 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	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	180	5,3	6,9	26,2	188	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	180	2,8	2,4	11,1	78	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон простой, сыр российский)	40/6	4,6	2,1	19,6	116	0
Итого			406	12,7	11,4	56,9	382	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	50	ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ (томаты соленые)	60	0,7		1,4	8	2,4
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)	180	2,5	4,8	15,9	121	4,3
2008	265	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое)	180	21,6	27,9	33,4	471	1,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	180			6,8	27	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			650	28,1	33,1	78,7	729	8,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ВАФЛЯ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого			220	6,2	5,6	24,8	176	1
Ужин								
2008	242	РАГУ ОВОЩНОЕ (лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, картофель)	200	2,3	4,3	11,1	92	16,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			440	5,5	4,5	38,3	216	16,8
Всего				53	54,7	208,8	1546	29,1