

Утверждаю

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОП. ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД №93"

И.О. Заведующей
МДОУ "Детский сад №93"
/И.А. Морозова/

МЕНЮ
25 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		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ (крупа манная, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	140	4,2	6,2	15,7	136	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшенич. мука высш. сорт обог. микроэлементами)	30/6	1,8	5,7	12,5	108	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	4	0,9	1,2		14	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,6	2,9	13,5	95	0,6
Итого			360	10,5	16	41,7	353	1,1
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	42	0,3		0,7	6	2,1
		СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ (куры потрош. 1 категории, горох пущенный, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	150	5,6	4,9	15,8	130	4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ МЯСА КУР (капуста белокачанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш. сорт, куры потрош. 1 категории)	130	8,8	14	8,9	198	15,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,5	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,5	0,4	16,5	79	0
Итого			512	17,2	19,3	47,4	435	21,9
Полдник								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ (рыба треска потрошенная обезглавленная, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.))	60	10	5,5	2,1	98	0,2
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,7	4,4	28,2	163	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	1,8	0,2	12,1	57	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7,2	29	0
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ (икра из кабачков)	28	0,5	2,3	2	32	0,8
Итого			408	15,1	12,4	51,6	379	1
Ужин								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	149	4,2	3,6	7	78	0,8
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	50	3,6	2,1	26,6	141	0
Итого			199	7,8	5,7	33,6	219	0,8
Всего				50,6	53,4	174,3	1386	24,8

медицинская сестра

Серебрякова Г.В.

Серебрякова Г.В.

повар

[Подпись повара]