

Согласовано



Заведующая

МАДОУ "ЦРР - детский сад №58"

/Агеева Анна Михайловна/

МЕНЮ

5 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								
2012	177	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП МОЛОЧНАЯ (крупа гречневая ядрица, крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,5	5,8	19,8	150	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
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	40/6	3,1	5,1	20,1	138	0
Итого			376	10	13	50,5	360	0,9
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 КУДРЯВЫЙ НА М/К БУЛЬ,СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150	3,8	6,7	9	115	4,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	110	3	4,4	18,8	127	9
2008		ШНИЦЕЛЬ КУРИННЫЙ (куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, крупа рисовая)	60	17,1	18,7	5,9	260	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОН. (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			510	26,5	30,2	57,5	611	14
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		БАТОН (батон простой)	40	3,2	0,4	19,6	95	0
Итого			190	7,5	4,1	26,6	174	0,8
Ужин								
2008	152	БЛИНЫ С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, повидло)	180/40	7,4	8,9	60,6	350	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
Итого			400	7,5	8,9	67,6	378	0,3
Всего				52,1	56,3	214,4	1575	17