

Согласовано

Заведующая
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"
/Гераськина ОД./



МЕНЮ

1 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,5	5,1	24,9	167	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170	0,1		5,8	24	0
Итого			356	7,8	10,2	45,3	304	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,4	67	3,1
Итого			150	0,8	0,2	15,4	67	3,1
Обед								
2008	90/1	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ. (крупа перловая, картофель, лук репчатый, морковь, огурцы соленые, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,7	6,6	9,2	114	2,7
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	110	3,9	3,8	24,6	148	0
2008	316	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (куры потрош. 1 категории, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	55	8	9,2	8,8	150	0,5
2008	441	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода литьевая)	160			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			515	18,2	20	65,4	517	3,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	23	1,8	2,3	17,4	98	0
Итого			173	6,1	6	24,4	177	0,8
Ужин								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	130	2,6	4,1	7,6	80	24,1
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,7	2,2	11,7	78	0,5
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			390	13,3	11	39,7	314	24,6
Всего				46,2	47,4	190,2	1379	31,7

Бухгалтер Мисюра Ларина Е.Ю.

Повар Мисюра Мисюра А.К.