

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "ЦРР - детский сад №58"

/Агеева Анна Михайловна/

# МЕНЮ

5 апреля 2024 г.  
Сад 12 час.



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	177	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП МОЛОЧНАЯ (крупа гречневая ядрица, крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,9	6,7	23,4	173	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,8	2,4	11,1	78	0,5
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	40/6	3,1	5,1	20,1	138	0
<b>Итого</b>			<b>406</b>	<b>10,8</b>	<b>14,2</b>	<b>54,6</b>	<b>389</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
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)	180	3,9	5,9	9,1	111	4,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3	5,2	18,8	134	9
2008		ШНИЦЕЛЬ КУРИННЫЙ (куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, крупа рисовая)	70	19,6	21,1	7,4	299	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОН. (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>29,8</b>	<b>32,6</b>	<b>63,3</b>	<b>673</b>	<b>14,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		БАТОН (батон простой)	40	3,2	0,4	19,6	95	0
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>8,8</b>	<b>5,3</b>	<b>28,9</b>	<b>200</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
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, дрожжи, повидло)	200/50	7,8	9,6	70,8	400	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	200	0,1		7,1	29	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>7,9</b>	<b>9,6</b>	<b>77,9</b>	<b>429</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>57,8</b>	<b>61,8</b>	<b>234,5</b>	<b>1733</b>	<b>17,3</b>