



Согласовано

Заведующая

МАДОУ "ЦРР - детский сад №58"

/Агеева Анна Михайловна/

# МЕНЮ

2 апреля 2024 г.

Ясли 12 час

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,6	5,3	21	147	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	150	2,4	2,1	10,6	72	0,4
2008		БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон простой, сыр российский)	40/4	4,1	1,6	19,6	109	0
<b>Итого</b>			<b>344</b>	<b>10,1</b>	<b>9</b>	<b>51,2</b>	<b>328</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	125	0,6	0,1	12,6	54	2,5
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>12,6</b>	<b>54</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ НА М/К БУЛЬ, СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, фасоль, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,5	6,7	14,9	138	9,2
2012	137	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый)	150	18,7	19,7	15,8	316	18
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
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>24,8</b>	<b>26,8</b>	<b>54,5</b>	<b>563</b>	<b>27,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>5,8</b>	<b>5,7</b>	<b>21,9</b>	<b>162</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2012	256	РЫБНОЕ СУФЛЕ (рыба минтай филе, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, яйца куриные (шт.), крупа рисовая)	180	17,8	8,5	12,5	197	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,5	0,1	10	47	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	180	0,1		7	28	0
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>19,4</b>	<b>8,6</b>	<b>29,5</b>	<b>272</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>60,7</b>	<b>50,2</b>	<b>169,7</b>	<b>1379</b>	<b>31,8</b>