

Согласовано

Заведующая
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"
Дераськина О.Д./



МЕНЮ
3 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,3	5,3	16,9	129	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/6	2,2	5,1	14,7	113	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	2,6	2	10,6	72	0,4
Итого			356	8,1	12,4	42,2	314	0,8
Обед								
2008	83	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,7	6,3	7,4	106	9,9
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	109	2,3	3,4	11,7	87	14,8
2008	279	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ПАРОВЫЕ) (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, соль йодированная)	60	8,4	8,8	3,3	125	0,5
2008	441	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	160			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			518	17	18,8	44,8	421	25,2
Полдник								
к/к	к/к	БИОПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "НАРИНЭ" (биопродукт кисломолочный "наринэ" 3,2% жирности)	100	4,9	3,1	8,2	84	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			125	6,8	5,6	26,8	188	0,2
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ МАННЫЙ ИЗ ТВОРОГА. (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	149	17,7	12,7	13,9	243	0,3
2012	361	СОУС СЛАДКИЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	40			5	20	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6,5	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,2	72	0
Итого			399	20,1	12,9	40,6	361	0,3
Всего				52	49,7	154,4	1284	26,5

Бухгалтер Мш Ларина Е.Ю.

Повар Мш Мисюра А.К.

