

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Городской детский сад № 10»

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

30 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Бухгалтер  Ларина Е.Ю.

Повар  Мисюра А.К.

М.П. Центр развития ребенка - Детский сад № 10

МАДОУ "Центр развития ребенка

детский сад № 10"

МЕИЮ

30 июня 2025 г.

Сад 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	183	СЛАДКИЙ ПЛОВ. (крупа рисовая, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, виноград сушеный (изюм), сахар песок)	180	3,5	3,3	39,7	203	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)	200	0,1		6,3	26	0
Итого			416	5,8	8,4	60,6	342	0
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)	180	4,5	7,1	8,7	120	12,2
2008	309/1	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ ПТИЦЫ (куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200	9,4	9,9	17,8	200	24,2
		КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			20,9	84	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			630	17,2	17,4	68,6	506	36,4
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,2	65	3
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			175	2,7	2,7	33,8	169	3
Ужин								
2012	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	5,2	5,9	20,2	155	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,3	1,8	10,9	69	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			440	10,6	7,9	51,2	319	0,9
Всего				36,3	36,4	214,2	1336	40,3

Бухгалтер

Ларина Е.Ю.

Повар

Мисюра А.К.