

Зав
тия ребенка - детский с
Гераськ

/Гераськина О.Д./

Ясли 12 часов

Повар  Мисюра А.К.

Согласовано

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

МЕНЮ

17 июля 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	184	КАША ДРУЖБА МОЛОЧНАЯ (пшено, крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	200	5,2	6,3	24,9	177	0,6
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			436	7,5	11,4	45,8	316	0,6
Обед								
2008	99/1	СУП ГОРОХОВЫЙ НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ (картофель, морковь, лук репчатый, горох лущеный, шейка индейки., масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	180	6,7	6,3	15,1	144	4,2
2008	309/1	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ (шейка индейки., капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200	9,6	10,2	17,8	203	24,2
2008	441	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			630	19,6	16,9	60,9	476	28,4
Полдник								
к/к	к/к	БИОПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "НАРИНЭ" (биопродукт кисломолочный "наринаэ" 3,2% жирности)	100	4,9	3,1	8,2	84	0,2
2008	467	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ". (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	70	6,6	6,4	37	232	0,1
Итого			170	11,5	9,5	45,2	316	0,3
Ужин								
2008	183	СЛАДКИЙ ПЛОВ. (крупа рисовая, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, виноград сушеный (изюм), сахар песок)	160	3	3,6	35,9	189	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,1	1,8	9,9	65	0,4
2008		ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			400	8,2	5,6	65,9	349	0,4
Всего				46,8	43,4	217,8	1457	29,7

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.