

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №93"

/Т.Ю. Кормилицина/

МЕНЮ

24 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
	1	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ (крупя овсяная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	140	4,2	6	16,3	138	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,6	2,9	13,4	95	0,6
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/5	2,2	4,3	14,6	106	0
Итого			355	10	13,2	44,3	339	1,1
Обед								
		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, пшено, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая)	150	1,7	3	10,7	78	3,4
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ КУР (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сметана 15% жирности)	130	8,7	13,1	16	219	8,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,5	0,4	16,5	79	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
Итого			470	12,9	16,5	50	403	11,5
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый)	140	2,1	5,9	9,2	98	12,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7	28	0
Итого			350	4,4	6,1	30,8	195	12,6
Ужин								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	470	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности)	50	4,4	4,7	26,6	167	0,1
Итого			200	8,7	8,4	33,6	246	0,9
Всего				36	44,2	158,7	1183	26,1

медицинская сестра

Серебрякова Г.В.

Серебрякова Г.В.

повар

Т.