

Утверждаю

Заведующий

"МБДОУ № 11"

/Вяжевич О.В./

МЕНЮ
15 мая 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,50	3,10	19,60	94,10	0,57
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	45	2,53	4,18	14,57	137,87	0,00
2008	185	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	5,30	5,60	21,10	156,40	0,62
Итого			425	11,33	12,88	55,27	388,37	1,19
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (киви)	135	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			135	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	62	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, томатная паста, сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, окорочка куриные)	200	2,25	3,59	10,39	89,55	9,33
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ (окорочка куриные, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности)	55	0,97	1,85	5,74	43,68	0,52
2008	368(а)	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	20	0,51	1,13	1,96	19,36	0,00
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ (огурцы грунтовые, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, томаты грунтовые)	60	1,00	8,90	3,33	98,80	10,61
2011	378	КОМПОТ ИЗ СВЕМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ (вишня, сахар песок, вода питьевая)	200	0,09	0,02	15,94	64,75	0,65
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной дарницкий обогащенный витаминами)	45	2,60	1,20	18,40	88,00	0,20
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,22	4,79	16,90	119,75	8,43
Итого			710	9,64	21,48	72,66	523,89	29,74
Полдник								
2008	7	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ (йогурт 2,5% жирности)	224	7,00	7,00	33,45	168,20	1,75
2008	153	СУШКА (сушка сладкая)	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			249	7,00	7,00	33,45	168,20	1,75
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧЕЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	170	13,00	14,60	37,55	343,40	0,36
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ (мука пшеничная высш.сорт, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), сахар песок, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная)	95	5,87	4,84	35,31	208,70	11,90
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,20	0,10	15,10	60,20	0,04
Итого			465	19,07	19,54	87,96	612,30	12,30
Всего				47,04	60,90	249,34	1 692,76	44,98

Старшая медицинская сестра _____ Ганина А. А.

Повар _____