

Утверждаю

Заведующий
"МБДОУ № 11"
/Вяжевич О.В./

МЕНЮ
24 апреля 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								
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар песок, лимон, вода питьевая)	200	0,20	0,00	16,00	44,20	1,28
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, СЫРОМ (сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	65	7,63	9,94	17,71	191,66	0,13
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7,36	6,33	29,27	204,49	0,76
Итого			465	15,19	16,27	62,98	440,35	2,17
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	106	2,70	3,00	13,05	89,30	19,00
Итого			106	2,70	3,00	13,05	89,30	19,00
Обед								
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (говядина б/к, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, укроп, чеснок)	200	9,07	8,77	8,77	153,57	10,29
2002	120	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, мука пшеничная высш.сорт, сметана 15% жирности, томатная паста, соль йодированная)	85	5,63	6,69	16,64	116,21	7,80
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	145	5,54	5,09	24,86	166,45	0,00
2011	12	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, масло подсолнечное рафинированое)	40	1,11	3,25	4,10	42,45	1,46
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, вода питьевая, сухофрукты (смесь))	200	0,00	0,00	11,49	45,96	0,00
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной дарницкий обогащенный витаминами)	18	2,00	0,90	13,80	66,00	0,10
Итого			688	23,35	24,70	79,66	590,64	19,65
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	215	0,00	0,00	26,52	106,02	0,00
2008	2	СУШКА (сушка сладкая)	27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			242	0,00	0,00	26,52	106,02	0,00
Ужин								
2012	447	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	200	0,21	0,10	12,74	53,57	36,56
2008	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржаной дарницкий обогащенный витаминами)	24	1,60	0,80	9,97	48,63	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,10	5,40	20,30	141,00	5,00
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (рыба треска филе, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, сметана 15% жирности)	110	12,65	6,20	3,20	121,99	1,42
Итого			484	17,56	12,50	46,21	365,19	42,98
Всего				58,80	56,47	228,42	1 591,50	83,80

Старшая медицинская сестра _____ Ганина А. А.

Повар _____