

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 апреля 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	168	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая)	180	5,20	5,10	23,20	160,90	0,62
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,20	2,50	14,20	92,10	0,52
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	55	3,94	7,22	24,27	178,43	0,00
Итого			435	12,34	14,82	61,67	431,43	1,14
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)	115	0,46	0,34	11,81	53,90	5,73
Итого			115	0,46	0,34	11,81	53,90	5,73
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированое)	200	5,98	5,82	14,01	132,59	6,98
2012	247	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба треска филе, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	100	4,28	4,59	8,01	109,14	1,94
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,23	5,97	16,92	130,52	8,44
2012	377	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ (вишня, сахар песок, вода питьевая)	200	0,09	0,02	7,97	32,86	0,64
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной дарницкий обогащенный витаминами)	45	2,60	1,20	18,40	88,00	0,20
2012	33	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	40	0,52	3,16	2,76	42,17	0,83
Итого			715	15,70	20,76	68,07	535,28	19,03
Полдник								
2008	2	СУШКА (сушка сладкая)	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	200	0,31	0,14	23,71	98,56	52,00
Итого			220	0,31	0,14	23,71	98,56	52,00
Ужин								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	200	5,70	6,40	17,60	146,30	0,62
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,20	0,00	18,35	60,20	0,04
2004	274	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, джем)	45	4,38	3,30	36,03	190,54	0,85
Итого			445	10,28	9,70	71,98	397,04	1,51
Всего				39,09	45,76	237,24	1 516,21	79,41

Старшая медицинская сестра _____ Ганина А. А.

Повар _____