

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 июня 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	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)	80	5,59	10,25	34,48	253,50	0,00
Итого			460	13,99	17,85	71,88	506,50	1,14
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	143	2,14	0,71	30,03	137,28	14,30
Итого			143	2,14	0,71	30,03	137,28	14,30
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина б/к, лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), картофель, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	230	8,68	8,44	25,95	215,53	13,63
2012	247	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба треска филе, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	180	7,59	8,14	14,19	193,45	3,44
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	205	3,53	6,52	27,44	182,94	13,75
2008	4	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной дарницкий обогащенный витаминами)	130	2,60	1,20	18,40	88,00	0,20
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	200	0,40	0,40	28,53	121,93	4,15
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	285	4,10	6,50	24,06	170,87	11,27
Итого			1230	26,90	31,20	138,57	972,72	46,44
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	241	7,38	6,41	12,22	136,73	3,63
2008		БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	76	5,68	2,20	38,92	198,37	0,00
Итого			317	13,06	8,61	51,14	335,10	3,63
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
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	100	5,10	2,50	30,00	162,98	4,00
Итого			500	11,00	8,90	65,95	369,48	4,66
Всего				67,09	67,27	357,57	2 321,08	70,17

Старшая медицинская сестра _____ Ганина А. А.

Повар _____