

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

/ Копрова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ

3 февраля 2025 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ № 37	180	7,9	10,7	14,7	189	0
2010		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
		ПРЯНИКИ	20	1,2	0,9	14,6	71	0
Итого			460	17,1	20	67,3	520	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ № 12	180	3,5	3,8	8,6	83	7,4
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 55	70/70	1,2	5,1	7,2	79	2
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ № 73	110	2,5	4,4	27	158	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ № 91	180	0,2		10,5	43	0
Итого			655	9,8	13,8	69,5	450	9,4
Уплотненный Полдник								
		ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА №120	130	16,2	8,3	15,6	217	11,2
2010		СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	30	0,5	1,9	1,7	27	0
2010		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ (консервы)	50	1,1	0,1	2,2	14	1,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
Итого			420	18,5	10,9	43,4	369	12,6
Всего				46,4	44,9	200,4	1425	26

Старшая мед. сестра _____

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____

Соловьева Наталья Евгеньевна