

# МЕНЮ

14 октября 2024 г.

Сад 12 часов



Заведующий  
МДОУ 25 "Дюймовочка"  
Копрова Ирина Леонидовна /

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №40	180	9,8	10,6	25,8	238	0
2010		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5		61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>17,8</b>	<b>19</b>	<b>63,8</b>	<b>498</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ № 7	180	3,4	3,7	6,7	76	9,5
2010	59	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 59	80	2,1	5,2	15,4	120	0,4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ № 75	130	4,9	5,5	30,7	191	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
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>13</b>	<b>14,9</b>	<b>79,5</b>	<b>517</b>	<b>9,9</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
		ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ.	80	14,8	8,1	5,3	173	11
2010	79	ПЮРЕ " РОЗОВОЕ " (картофельно морковное ) № 79	150	3,8	6,8	18,1	150	7,3
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	60	1,2	0,1	2,4	15	1,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>20,5</b>	<b>15,6</b>	<b>49,7</b>	<b>449</b>	<b>19,9</b>
<b>Всего</b>			<b>52,3</b>	<b>49,7</b>	<b>213,2</b>	<b>1550</b>	<b>33,8</b>	

Старшая мед. сестра Уткина Ирина Геннадьевна

Повар Соловьева Наталья Евгеньевна



Согласовано  
Заведующий  
МДОУ 25 "Дюймовочка"  
Климова Ирина Леонидовна /

**МЕНЮ**  
14 октября 2024 г.  
Если 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	40	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ №40	150	8,2	9	21,7	202	0
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2008		ПРЯНИКИ	40	2,4	1,9	30	146	0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>15,6</b>	<b>15,4</b>	<b>59,9</b>	<b>441</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ № 7	160	3,2	3,3	5,8	66	7,9
2010	59	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 59	60	1,3	3,8	10,3	83	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ № 75	110	3,2	5,3	20,6	142	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА № 91	180	0,1		9	37	0
<b>Итого</b>			<b>545</b>	<b>9,6</b>	<b>12,8</b>	<b>58,3</b>	<b>396</b>	<b>8,2</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
		ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ,	60	12,2	5,5	3,2	128	9,2
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ" (картофельно морковное) № 79	120	2,5	3,8	11,7	92	4,6
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	0,8	0,1	1,6	10	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>16,1</b>	<b>9,9</b>	<b>37,8</b>	<b>328</b>	<b>14,8</b>
<b>Всего</b>			<b>42,3</b>	<b>38,3</b>	<b>176,2</b>	<b>1251</b>	<b>27</b>	

Старшая мед, сестра \_\_\_\_\_ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар \_\_\_\_\_ Соловьева Наталья Евгеньевна