

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ детский сад "Город детства"

/А.Ф.Кадырова/

МЕНЮ

4 апреля 2025 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак 8.30								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко питьевое, соль йодированная, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, масло сливочное)	200	7,60	7,90	23,20	182,60	1,29
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыры полутвердые, хлеб недлительного хранения (пшеничный))	20/10	2,10	4,20	7,90	77,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое)	200	3,30	3,40	15,90	107,00	0,00
Итого			430	13,00	15,50	47,00	366,60	1,29
II Завтрак 10.30								
2012	401	ЙОГУРТ (йогурт)	180	5,04	4,50	45,00	90,00	1,26
Итого			180	5,04	4,50	45,00	90,00	1,26
Обед 12.00								
2008	41	НАРЕЗКА ИЗ РЕДИСА С МАСЛОМ (редис, масло подсолнечное рафинированое)	60	0,68	2,97	1,92	32,01	5,82
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (свекла столовая, капуста белокочанная, картофель, морковь столовая, лук репчатый, сметана , масло сливочное)	180	1,23	3,00	6,83	54,70	5,33
2008	272	МЯСНОЙ СЫРОК (говядина замороженная, лук репчатый, хлеб недлительного хранения (пшеничный), молоко питьевое, яйца куриные в скорлупе свежие, сыры полутвердые, масло подсолнечное рафинированое)	80	16,00	11,70	5,10	215,20	0,00
2012	321	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко питьевое, масло сливочное)	150	3,23	3,56	21,54	125,97	10,42
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	180	0,20	0,20	17,50	73,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения (ржаной))	30	0,69	0,39	11,40	51,75	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб недлительного хранения (пшеничный))	50	1,50	0,50	21,64	97,34	0,00
Итого			730	23,53	22,32	85,93	649,97	21,57
Уплотнённый полдник 15.30								
2008	248	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ (ПАРОВЫЕ) (рыба лососевая мороженая (горбуша б/г), хлеб недлительного хранения (пшеничный), молоко питьевое, яйца куриные в скорлупе свежие, масло сливочное , масло подсолнечное рафинированое)	80	16,77	10,17	5,41	174,59	0,36
2012	316	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (рис, вода питьевая, масло сливочное)	150	2,70	3,70	25,30	134,50	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОЖНЫМ ФАРШЕМ (мука пшеничная , сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, масло сливочное , яйца куриные в скорлупе свежие, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сушеные, молоко питьевое, творог , сметана , масло подсолнечное рафинированое)	80	5,50	6,10	39,80	174,50	12,72
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный (ферментированный), сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое)	200	2,50	2,20	12,20	79,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения (ржаной))	10	0,23	0,13	3,76	17,08	0,00
2008		ЯБЛОКИ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,87	47,00	10,00
Итого			620	28,10	22,70	96,34	626,67	23,08
Всего				69,67	65,02	274,27	1 733,24	47,20