

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ детский сад "Город детства"

А.Ф.Кадырова/

МЕНЮ

1 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак 8.30								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (творог, крупа манная, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, яйца куриные в скорлупе свежие, масло сливочное, молоко питьевое, молоко сгущенное с сахаром)	80/20	8,60	5,90	7,70	116,00	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыры полутвердые, хлеб недлительного хранения (пшеничный))	15/8	2,32	2,00	6,35	59,85	0,06
2008		МАНДАРИНЫ (мандарины)	95	0,76	0,19	7,13	36,13	36,13
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко питьевое, кофейный напиток растворимый, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	180	2,10	2,30	10,40	71,00	0,00
Итого			398	13,78	10,39	31,58	282,98	36,19
II Завтрак 10.30								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (ягоды сушеные/шиповник, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	150	0,59	0,24	13,27	68,94	72,00
Итого			150	0,59	0,24	13,27	68,94	72,00
Обед 12.00								
2012	40	НАРЕЗКА ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ (морковь столовая, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,49	1,82	3,20	25,26	0,78
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох шлифованный, лук репчатый, морковь столовая, масло сливочное, хлеб недлительного хранения (пшеничный))	150/10	3,74	1,91	19,43	115,95	2,80
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина замороженная, картофель, лук репчатый, масло сливочное, морковь столовая)	150	9,00	10,60	17,60	227,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (смесь сушеных фруктов (сухой компот), сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	180	0,45	0,27	17,63	33,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения (ржаной))	40	0,90	0,50	15,20	69,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб недлительного хранения (пшеничный))	20	0,60	0,20	8,64	38,86	0,00
Итого			590	15,18	15,30	81,70	509,36	3,58
Уплотнённый полдник 15.30								
2012		САЛАТ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ" (морковь столовая, яйца куриные в скорлупе свежие, горох, консервированный без уксуса или уксусной кислоты (кроме готовых блюд из овощей), масло подсолнечное рафинированое)	110	4,43	5,38	6,86	78,94	2,74
2012	268	СУФЛЕ РЫБНОЕ (молоко питьевое, масло сливочное, мука пшеничная, вода питьевая, соль йодированная, рыба трескообразная мороженая (минтай), яйца куриные в скорлупе свежие)	60	12,60	4,15	1,99	87,95	0,20
к/к	к/к	ЛЕПЕШКА СМЕТАННАЯ (мука пшеничная, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое, масло сливочное, сметана, яйца куриные в скорлупе свежие, дрожжи хлебопекарные сушеные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	70	3,80	7,30	36,00	221,00	0,00
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок из фруктов)	150	0,17	0,00	8,72	35,69	1,66
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб недлительного хранения (пшеничный))	10	0,30	0,10	4,32	19,43	0,00
Итого			400	21,30	16,93	57,89	443,01	4,60
Всего				50,85	42,86	184,44	1 304,29	116,37