

Утверждаю

Заведующий  
МДОУ "Детский сад № 3 "Солнышко"  
/Пашков А.В./

# МЕНЮ

27 апреля 2024 г.  
Ясли 10 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		
<b>Завтрак</b>								
1997	324	* ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (* яйца куриные (шт.))	40	4,98	4,51	0,27	61,57	0,00
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	150	4,82	2,38	25,33	137,66	0,41
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,74	14,27	94,86	0,58
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	29/5	2,30	4,42	15,80	113,49	0,00
<b>Итого</b>			<b>374</b>	<b>15,48</b>	<b>14,05</b>	<b>55,67</b>	<b>407,58</b>	<b>0,99</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	100	3,07	2,55	4,80	54,12	0,55
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>3,07</b>	<b>2,55</b>	<b>4,80</b>	<b>54,12</b>	<b>0,55</b>
<b>Обед</b>								
1996	75	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (* свекла, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	50	0,74	3,46	4,76	53,33	2,14
1996	75	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ БЕЗ ТОМАТА (аллергики) (* свекла, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * сахар песок, * соль йодированная)	55	0,78	3,95	5,55	60,77	2,17
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ГОВЯДИНОЙ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.говяд. д/п, * петрушка сушеная)	150/5	2,77	2,06	9,44	71,43	0,38
2010	ТТК	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* полуфабр.говяд. д/п, * полуфабр.свинина лопатка д/п, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт)	30/30	3,95	3,88	5,64	76,36	0,70
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	140	3,22	4,17	18,46	124,30	8,60
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ С (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	150	0,22	0,05	8,32	35,00	35,00
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергики) (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота)	150	0,22	0,05	8,32	35,00	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	19	1,44	0,50	10,06	51,43	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	34	2,22	0,37	15,02	69,35	0,00
<b>Итого</b>			<b>608</b>	<b>14,56</b>	<b>14,49</b>	<b>71,70</b>	<b>481,20</b>	<b>46,82</b>
<b>Полдник</b>								
1996	297 ТТК	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЁННЫМ (* творог 5,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * ванилин, * сухари панировочные, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	100/26	14,52	9,49	30,36	263,78	0,34
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ (аллергики) (* творог 5,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности)	100/20	13,34	10,39	19,04	222,61	0,26
2012	428	*ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ (* пюре фруктовое сады придонья (пюр.пак.125 г))	125	0,00	0,00	22,50	90,00	2,00
1996	627 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,16	0,00	3,90	16,25	0,03
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>14,68</b>	<b>9,49</b>	<b>56,76</b>	<b>370,03</b>	<b>2,37</b>
<b>Всего</b>				<b>47,79</b>	<b>40,58</b>	<b>188,93</b>	<b>1 312,93</b>	<b>50,73</b>