

Утверждаю

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

МЕНЮ
1 апреля 2025 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		
Завтрак								
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, * соль йодированная, * крупа пшеничная)	150	4,04	2,16	16,44	101,10	0,42
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, вода питьевая, * какао -порошок)	180	4,19	3,41	14,21	103,86	0,71
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	27/5	2,13	4,45	14,60	108,18	0,00
Итого			362	10,36	10,02	45,25	313,14	1,13
II Завтрак								
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	105	2,74	2,64	11,60	81,17	0,74
Итого			105	2,74	2,64	11,60	81,17	0,74
Обед								
1996	138	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С КУРОЙ (* картофель, * горох лущеный, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	150/20	7,59	5,41	11,33	124,53	3,02
1996	387 553	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *томатная паста)	55/55	14,92	11,22	7,55	191,32	11,04
1996	463 таб№ 4	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая , вода питьевая, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	110	2,65	3,06	28,92	146,53	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	50	0,35	0,05	1,25	6,99	4,99
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С (вода питьевая, * смесь компотная из замороженных ягод, * сахар песок, аскорбиновая кислота)	150	0,06	0,09	2,73	12,75	36,11
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	15	1,15	0,40	8,05	41,13	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	31	2,03	0,34	13,75	63,52	0,00
Итого			636	28,75	20,57	73,58	586,77	55,16
Полдник								
1996	665 695 734	* ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 5,0% жирности, *ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	50	5,99	2,91	18,23	123,19	0,10
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	24,00
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
Итого			400	6,59	3,51	55,93	285,69	36,10
Всего				48,44	36,74	186,36	1 266,77	93,13