

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 3 "Солнышко"

/Пашков А.В./

МЕНЮ

10 июня 2025 г.

Ясли 10 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, * соль йодированная)	150	4,20	2,46	17,47	106,56	0,49
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	180	4,04	3,26	15,54	107,31	0,70
1996		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	33/10	2,64	8,32	17,89	158,61	0,00
Итого			373	10,88	14,04	50,90	372,48	1,19
II Завтрак								
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
Итого			200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
Обед								
1996	№60 ТТК	* ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (* картофель, * свекла, * морковь, * лук репчатый, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	50	0,90	4,96	4,85	66,59	2,38
1997	174	*СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук репчатый, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, * полуфабр.говяд. д/п, * петрушка сушеная)	150/22	7,72	4,53	6,17	96,09	4,83
1996	425	* ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ (* говяжья печень, * батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная)	50	9,04	8,72	6,97	143,10	6,34
1996	273 469	* РОЖКИ ОТВАРНЫЕ (* соль йодированная, вода питьевая, **масло сладко-сливочное несоленое, * макаронные изделия высш.сорт)	110	3,82	3,21	26,07	150,82	0,00
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С (* смесь компотная из замороженных ягод, * сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	150	0,05	0,09	3,16	14,32	36,02
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
Итого			562	23,51	21,84	60,60	532,72	49,57
Полдник								
1996	297 ТТК	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (* творог 5,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, * яйца куриные (шт.), * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * сухари панировочные)	100	12,45	7,49	16,05	180,90	0,24
1996	550	* СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (* молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, * сахар песок, *ванилин)	50	0,96	2,43	6,41	51,36	0,13
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,14	0,00	4,10	16,97	0,03
Итого			300	13,55	9,92	26,56	249,23	0,40
Всего				47,94	45,80	161,06	1 246,43	63,16