

Утверждаю

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

МЕНЮ
11 июня 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								
1997	324	* ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (* яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
1966	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая , * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	150	4,83	2,39	25,41	137,98	0,40
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,16	3,40	14,00	103,61	0,70
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленное)	26/5	2,04	4,36	13,96	104,40	0,00
Итого			401	15,99	14,64	53,64	407,28	1,10
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	179	0,72	0,72	17,57	84,28	28,69
Итого			179	0,72	0,72	17,57	84,28	28,69
Обед								
1996	163	* СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВОЩАМИ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * капуста белокочанная, * картофель, * морковь, **масло сладко-сливочное несоленное, * соль йодированная)	150	3,17	3,05	10,21	80,81	5,15
1996	430	*ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * полуфабр.свинина окорок д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленное, * сухари панировочные, * соль йодированная)	140	10,91	15,58	19,47	262,63	8,97
1996	585	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ГРУШ С ВИТАМИНОМ С (* яблоки, * груша, вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	180	0,17	0,15	5,92	26,39	36,78
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	18	1,35	0,47	9,44	48,25	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
Итого			518	17,58	19,58	58,42	479,88	50,90
Полдник								
2021	ТТК	* СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (* говяжья печень, * яйца куриные (шт.), * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленное, * молоко пастер. 2,5% жирности, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	40	8,79	3,85	5,30	91,16	5,95
2016	341	* ПЮРЕ МОРКОВНОЕ (* морковь, * сахар песок, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная)	60	1,08	0,38	5,78	31,47	1,15
2016	109	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, **масло сладко- сливочное несоленное, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * масло подсолнечное рафинированное)	30	2,36	3,86	18,33	117,70	0,00
1996	645	* КЕФИР (* кефир 3,2 % жирности)	150	4,50	4,79	5,99	85,41	1,05
Итого			280	16,73	12,88	35,40	325,74	8,15
Всего				51,02	47,82	165,03	1 297,18	88,84