

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 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
1996	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	25,34	137,77	0,41
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150	3,41	2,75	14,57	96,28	0,59
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	25/6	1,99	5,06	13,53	108,77	0,00
Итого			371	15,19	14,69	53,71	404,11	1,00
II Завтрак								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	101	3,07	2,56	4,81	54,31	0,55
Итого			101	3,07	2,56	4,81	54,31	0,55
Обед								
1996	75	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (* свекла, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	50	0,77	3,47	4,81	53,46	2,23
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	2,03	9,40	67,61	0,39
2010	ТТК	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* полуфабр.говяд. д/п, * полуфабр.свинина окорок 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	4,02	3,58	5,65	70,35	0,81
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель молодой, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	140	3,22	4,34	18,47	125,89	8,61
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ С (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	150	0,33	0,07	23,89	98,07	35,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	16	1,23	0,43	8,61	44,00	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
Итого			601	14,32	14,25	84,21	521,18	47,04
Полдник								
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)	100/17	13,82	8,91	25,26	235,60	0,31
2012	428	*ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ (* пюре фруктовые 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	16,27	0,03
Итого			392	13,98	8,91	51,66	341,87	2,34
Всего				46,56	40,41	194,39	1 321,47	50,93