

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 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								
1997	324	* ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (* яйца куриные (шт.))	40	4,99	4,52	0,27	61,65	0,00
1996	162	* СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * крупа рисовая , **масло сладко-сливочное несоленое, * сахар песок, * соль йодированная)	150	2,79	2,69	11,64	80,07	0,39
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, вода питьевая)	150	3,49	2,83	13,11	91,50	0,58
1997	1	* БАТОНЧИК К ЧАЮ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батончик к чаю, **масло сладко-сливочное несоленое)	32/5	2,12	5,16	15,46	125,04	0,00
Итого			377	13,39	15,20	40,48	358,26	0,97
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	155	0,62	0,62	15,19	72,85	24,80
Итого			155	0,62	0,62	15,19	72,85	24,80
Обед								
1966	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированое, *томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	50	0,96	3,50	5,23	56,82	2,20
1996	136	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ,С РЫБОЙ(МИНТАЙ) (* * картофель, * крупа перловая, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * рыба минтай потрошёная обезглавленная)	150/35	8,17	2,09	11,97	99,60	4,32
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (* * полуфабр.свинина окорок д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, **масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированое, *томатная паста, * соль йодированная)	170	11,04	18,52	19,02	288,58	9,56
1996	394 ТТК	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (* * полуфабр.говяд. д/п, * картофель, * морковь, * лук репчатый, *томатная паста, * соль йодированная, **масло сладко-сливочное несоленое, * масло подсолнечное рафинированое)	170	12,42	12,48	19,01	238,35	9,53
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ С (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	150	0,50	0,03	6,89	30,24	35,16
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
Итого			585	22,65	24,47	56,49	537,04	51,24
Полдник								
1996	701 685 416	* КОТЛЕТА ,ЗАПЕЧЁННАЯ В ТЕСТЕ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, **масло сладко- сливочное несоленое, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * полуфабр.свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук репчатый, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированое, * яйца куриные (шт.))	80	9,38	10,42	29,69	250,48	0,19
1996	701	* КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ,ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ (аллергики) (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, **масло сладко- сливочное несоленое, * соль йодированная, * дрожжи, вода питьевая, * полуфабр.говяд. д/п, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук репчатый, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированое, * яйца куриные (шт.))	80	10,23	7,24	30,12	226,29	0,20
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
Итого			280	9,38	10,42	52,69	342,48	12,19
Всего				46,04	50,71	164,85	1 310,63	89,20