

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 февраля 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа рисовая , * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная)	150	3,67	2,06	21,19	113,94	0,42
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,12	3,35	14,10	102,67	0,70
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленное)	33/5	2,59	4,52	17,82	123,85	0,00
Итого			368	10,38	9,93	53,11	340,46	1,12
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	170	0,68	0,68	16,66	79,90	27,20
Итого			170	0,68	0,68	16,66	79,90	27,20
Обед								
2008	50	* САЛАТ "СВЕКОЛКА" (* свекла, * сушеные абрикосы без косточки (курага), * виноград сушеный (изюм), * масло подсолнечное рафинированное)	30	0,63	1,22	5,81	36,99	1,25
1996	ТТК	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ С МЯСОМ (* картофель, * яйца куриные (шт.), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * петрушка сушеная, * полуфабр.свинина окорок д/п)	150/15	5,90	6,64	11,62	130,69	5,81
2004	505 99	* КНЕЛИ ИЗ КУР(ПАРОВЫЕ) (* филе грудки цб, * батон нарезной йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), **масло сладко-сливочное несоленное, * соль йодированная)	60	14,34	5,82	3,92	125,72	0,54
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко- сливочное несоленное, * соль йодированная)	130	2,98	3,98	17,10	116,30	7,99
1996	588 ТТК	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (* сухофрукты (смесь), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, аскорбиновая кислота)	150	0,25	0,04	7,00	29,83	35,12
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	31	2,06	0,34	13,90	64,22	0,00
Итого			566	26,16	18,04	59,35	503,75	50,71
Полдник								
2016	252	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ (* творог 5,0% жирности, * крупа манная, * сахар песок, * морковь, * яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло подсолнечное рафинированное, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	150/22	14,82	13,95	47,55	373,77	1,11
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,12	0,00	0,02	0,56	0,02
Итого			352	14,94	13,95	47,57	374,33	1,13
Всего				52,16	42,60	176,69	1 298,44	80,16