

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 мая 2025 г.
Ясли 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская 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	4,84	2,38	25,50	138,34	0,40
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,39	2,73	14,52	95,83	0,58
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	25/5	1,98	4,23	13,52	101,15	0,00
Итого			370	15,17	13,83	53,81	396,61	0,98
II Завтрак								
1996	644	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	100	3,06	2,54	4,78	53,90	0,54
Итого			100	3,06	2,54	4,78	53,90	0,54
Обед								
1996	75	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (* свекла, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированое, *томатная паста, * лимонная кислота, * сахар песок, * соль йодированная)	50	0,76	3,48	4,76	53,46	2,19
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С МЯСОМ (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.свинина окорок д/п, * петрушка сушеная)	150/5	2,64	3,05	9,45	76,83	0,40
1996	148	* СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) (* макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированое, * соль йодированная, вода питьевая, * полуфабр.говяд. д/п, * петрушка сушеная)	150/5	2,63	2,02	7,88	60,79	0,67
2010	ТТК	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (* полуфабр.свинина окорок д/п, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая , вода питьевая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированое, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт)	30/30	3,92	4,79	5,57	80,67	0,70
2007	ТТК	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, * молоко пастер. 2,5% жирности, * яйца куриные (шт.), * крупа рисовая , вода питьевая, * соль йодированная, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированое, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт)	35/30	6,65	4,35	5,78	87,97	0,70
1996	472 ТТК	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, **масло сладко- сливочное несоленое, * соль йодированная)	120	2,76	3,64	15,80	107,07	7,38
1996	588	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ С (* виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * сахар песок, * лимонная кислота, аскорбиновая кислота, * груша)	150	0,32	0,09	23,61	97,13	35,20
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			581	13,61	15,81	81,18	520,96	45,87
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)	100/20	14,00	9,02	27,42	245,72	0,44
2012	428	*ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ (* пюре фруктовое 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	16,24	0,03
Итого			395	14,16	9,02	53,82	351,96	2,47
Всего				46,00	41,20	193,59	1 323,43	49,86