

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 февраля 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								
1996	284 285	* ОМЛЕТ С СЫРОМ (* яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, *сыр белорусское золото, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	130	15,07	18,48	2,07	234,21	0,20
1997	762 ТТК	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,31	2,68	12,90	88,63	0,57
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	31	2,37	0,83	16,58	84,74	0,00
Итого			311	20,75	21,99	31,55	407,58	0,77
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	77	0,31	0,31	7,55	36,19	12,32
Итого			77	0,31	0,31	7,55	36,19	12,32
Обед								
1996	139/3	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ, КУРОЙ (* картофель, * макаронные изделия (вермишель), * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	150/10	3,76	3,55	12,36	96,99	4,16
2008	272	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА (* полуфабр.свинина окорок д/п, * батон нарезной йодированный, * лук репчатый, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	50	7,02	9,59	7,75	146,05	0,24
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, **масло сладко-сливочное несоленое, * морковь, * лук репчатый, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	130	3,06	3,90	12,73	99,75	27,71
1996	627 628 ТТК	* ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,14	0,00	4,08	16,87	0,03
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	29	1,90	0,32	12,82	59,23	0,00
Итого			519	15,88	17,36	49,74	418,89	32,14
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ (* пряники заварные)	85	6,63	6,29	26,10	324,96	0,00
2012	428	*ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ (* пюре фруктовое сады придонья (пюр.пак.125 г))	125	0,00	0,00	22,50	90,00	2,00
Итого			210	6,63	6,29	48,60	414,96	2,00
Всего				43,57	45,95	137,44	1 277,62	47,23