

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 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								
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, * крупа пшеничная , * соль йодированная)	150	4,00	2,13	16,39	100,51	0,42
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок)	180	4,13	3,36	14,12	102,87	0,70
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	31/5	2,46	4,55	16,92	119,94	0,00
Итого			366	10,59	10,04	47,43	323,32	1,12
II Завтрак								
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	105	2,74	2,63	11,59	81,12	0,74
Итого			105	2,74	2,63	11,59	81,12	0,74
Обед								
1996	138	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С КУРОЙ (* картофель, * горох лущеный, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыпльта потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	150/20	7,61	5,41	11,37	124,82	3,04
1996	387 553	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана обержежье, * мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *томатная паста)	50/50	13,56	10,80	6,84	179,21	10,04
1996	463 таб№ 4	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая , вода питьевая, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	110	2,66	3,00	28,94	146,10	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	49	0,34	0,05	1,23	6,88	4,92
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С (* сахар песок, вода питьевая, * смесь компотная из замороженных ягод, аскорбиновая кислота)	150	0,05	0,09	2,72	12,71	36,10
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	16	1,20	0,42	8,42	43,02	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
Итого			625	27,40	20,10	72,90	574,54	54,10
Полдник								
1996	665 695 734	* ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 5,0% жирности, *ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	50	5,91	2,84	18,20	122,03	0,09
1996	таб№ 24	* БАНАН СВЕЖИЙ (* банан)	143	2,14	0,71	30,00	137,14	14,29
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
Итого			393	8,05	3,55	71,20	351,17	26,38
Всего				48,78	36,32	203,12	1 330,15	82,34