

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 мая 2025 г.
Ясли 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
1996	161	* СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * макаронные изделия (вермишель), * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	150	4,73	4,10	15,38	117,74	0,62
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,14	3,38	13,97	103,29	0,70
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	30/5	2,37	4,47	16,26	116,12	0,00
Итого			365	11,24	11,95	45,61	337,15	1,32
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	124	0,50	0,50	12,15	58,26	19,83
Итого			124	0,50	0,50	12,15	58,26	19,83
Обед								
1996	131 114	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.свинина окорок д/п, * яйца куриные (шт.), * петрушка сушеная)	150/15	4,37	4,98	11,67	109,67	5,85
1996	131,11 4	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * полуфабр.говяд. д/п, * яйца куриные (шт.), * петрушка сушеная)	150/15	4,05	3,65	11,97	97,03	6,20
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ (* полуфабр.свинина окорок д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, * сметана 15% жирности, * соль йодированная)	60	8,14	14,67	3,27	178,84	0,60
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, * сметана 15% жирности, * соль йодированная)	30/30	9,38	9,11	3,35	132,82	0,59
1996	482	*КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, **масло сладко-сливочное несоленое, * морковь, * лук репчатый, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * соль йодированная)	120	2,81	3,58	11,65	91,36	25,44
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	40	0,28	0,04	1,00	5,59	3,99
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ С (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок, 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			565	18,08	23,63	47,86	477,50	71,04
Полдник								
2002	86	* САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С ЯЙЦОМ (* картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * огурцы парниковые, * масло подсолнечное рафинированное, * яйца куриные (шт.))	150/20	4,85	16,99	14,75	231,86	7,98
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	15	1,16	0,41	8,09	41,37	0,00
Итого			385	6,01	17,40	45,84	365,23	19,98
Всего				35,83	53,48	151,46	1 238,14	112,17