

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 февраля 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	4,77	4,12	15,47	118,40	0,63
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,19	3,41	14,21	103,91	0,71
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	31/5	2,44	4,47	16,75	118,35	0,00
Итого			366	11,40	12,00	46,43	340,66	1,34
II Завтрак								
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	105	0,42	0,42	10,33	49,53	16,86
Итого			105	0,42	0,42	10,33	49,53	16,86
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)	150/20	5,24	5,97	11,75	122,53	5,89
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)	150/20	5,82	3,63	11,39	101,87	6,24
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ (* полуфабр.свинина окорок д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, * сметана обережье, * соль йодированная)	60	8,12	15,28	3,25	184,14	0,60
1996	375	* БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики) (* полуфабр.говяд. д/п, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, * мука пшеничная высш.сорт, * сметана 15% жирности, * соль йодированная)	65	9,46	9,41	3,20	135,37	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	3,54	11,68	91,19	25,48
1996	таб№ 24	* ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ (* томаты парниковые)	40	0,44	0,08	1,53	9,64	10,04
1996	588 ТТК	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ,ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ С (* сушеные абрикосы без косточки (курага), * виноград сушеный (изюм), вода питьевая, * лимонная кислота, * сахар песок, аскорбиновая кислота)	150	0,33	0,04	7,87	33,60	35,06
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
Итого			570	18,92	25,24	49,46	502,90	77,07
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	5,06	17,17	14,80	234,28	8,02
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	16	1,19	0,42	8,34	42,63	0,00
Итого			386	6,25	17,59	46,14	368,91	20,02
Всего				36,99	55,25	152,36	1 262,00	115,29