

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 мая 2025 г.
Ясли 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- сцен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
1996	262 ТТК	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа рисовая , вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * сахар песок)	150	3,68	2,09	21,21	114,34	0,42
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,40	3,51	14,09	106,81	0,70
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	20/6	1,60	5,03	10,85	95,96	0,00
Итого			356	9,68	10,63	46,15	317,11	1,12
II Завтрак								
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	106	2,75	2,64	11,62	81,33	0,74
Итого			106	2,75	2,64	11,62	81,33	0,74
Обед								
1996	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированое, *томатная паста, * сахар песок, * лимонная кислота, * соль йодированная)	50	0,72	3,47	4,15	51,14	1,52
1996	132	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана обережье, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	150/12	4,71	5,12	6,64	91,66	5,16
1996	401	* ГУЛЯШ (* полуфабр.говяд. д/п, * масло подсолнечное рафинированое, * лук репчатый, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	30/30	8,96	5,23	1,84	90,20	0,62
1996	273 469	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия спагетти, вода питьевая, **масло сладко- сливочное несоленое, * соль йодированная)	120	3,81	3,52	26,27	151,60	0,00
1996	591 ТТК	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, * сахар песок)	150	0,00	0,00	18,91	75,01	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	18	1,39	0,49	9,68	49,50	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
Итого			590	21,57	18,16	80,87	570,91	7,30
Полдник								
1996	296 ТТК	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЁННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЁННЫМ (* творог 5,0% жирности, * крупа манная, * сахар песок, * яйца куриные (шт.), * виноград сушеный (изюм), **масло сладко-сливочное несоленое, *ванилин, * сухари панировочные, * сметана обережье, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	120/24	14,84	10,56	41,01	317,70	0,28
1996	627 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,12	0,00	0,02	0,57	0,02
Итого			324	14,96	10,56	41,03	318,27	0,30
Всего				48,96	41,99	179,67	1 287,62	9,46