

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа рисовая , вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * сахар песок)	150	3,73	2,12	21,28	115,05	0,43
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,46	3,54	14,54	107,46	0,71
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	20/5	1,60	4,22	10,87	88,77	0,00
Итого			355	9,79	9,88	46,69	311,28	1,14
II Завтрак								
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5 % жирности)	106	2,75	2,64	11,63	81,40	0,74
Итого			106	2,75	2,64	11,63	81,40	0,74
Обед								
1996	75	*ИКРА МОРКОВНАЯ (* морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, * сахар песок, * лимонная кислота, * соль йодированная)	50	0,71	3,47	4,08	50,75	1,46
1996	132	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук репчатый, * горошек зеленый консервы, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * сметана обережье, * петрушка сушеная, * полуфабр.говяд. д/п)	150/15	5,59	5,33	6,63	97,02	5,17
1996	401	* ГУЛЯШ (* полуфабр.говяд. д/п, * масло подсолнечное рафинированное, * лук репчатый, *томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная)	30/30	8,97	5,26	1,77	90,23	0,55
1996	273 469	СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия спагетти, вода питьевая, **масло сладко- сливочное несоленое, * соль йодированная)	120	3,79	3,47	26,12	150,39	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	18,71	74,22	0,00
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	18	1,39	0,49	9,72	49,70	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	30	1,98	0,33	13,38	61,80	0,00
Итого			593	22,43	18,35	80,41	574,11	7,18
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)	120/27	15,05	10,71	42,96	327,59	0,45
1996	627 ТТК	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,11	0,00	0,02	0,55	0,02
Итого			327	15,16	10,71	42,98	328,14	0,47
Всего				50,13	41,58	181,71	1 294,93	9,53