



МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ	180	5,06	6,44	28,72	194,08	0,62
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,92	3,11	12,78	91,68	0,52
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,24	7,31	15,68	137,82	0,00
Итого			397	10,22	16,86	57,18	423,58	1,14
II Завтрак								
2008	442	СОК	104	0,49	0,10	9,61	41,74	1,94
Итого			104	0,49	0,10	9,61	41,74	1,94
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ КУР	180	6,53	7,41	17,30	162,19	5,40
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ КУР	160	12,23	15,32	17,23	256,45	13,32
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	1,15	2,08	6,25	48,79	1,92
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	0,37	0,05	13,41	55,93	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,21	0,43	20,58	99,01	0,00
Итого			599	23,49	25,29	74,77	622,37	20,72
Полдник								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,09	0,00	7,93	32,70	0,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,21	1,54	15,62	85,53	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	31	7,10	9,02	0,00	111,32	0,21
Итого			210	9,40	10,56	23,55	229,55	0,76
Ужин								
2012	268	РЫБА ПО ДОМАШНЕМУ	160	12,11	8,85	4,34	145,84	1,02
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	41	1,08	0,07	2,25	13,84	1,43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,21	1,54	15,62	85,53	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,00	7,83	31,58	0,01
Итого			430	15,46	10,46	30,04	276,79	2,46
Всего				59,06	63,27	195,15	1 594,03	27,02

медицинская сестра _____ Сорокина Татьяна Владимировна

повар _____

Утверждаю



заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №181"

/Ольга Александровна Климушина/

МЕНЮ

3 апреля 2025 г

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ	150	4,15	5,83	24,22	166,92	0,52
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,35	2,49	12,07	80,74	0,42
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,24	5,67	15,66	122,93	0,00
Итого			365	8,74	13,99	51,95	370,59	0,94
II Завтрак								
2008	442	СОК	104	0,49	0,10	9,61	41,74	1,94
Итого			104	0,49	0,10	9,61	41,74	1,94
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ КУР	180	5,29	6,45	16,14	143,87	4,79
2012	298	ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ ИЗ КУР	140	10,93	13,08	16,87	229,42	11,85
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	20	1,03	1,85	5,47	43,14	1,89
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	150	0,37	0,05	13,58	56,54	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,56	0,34	16,38	78,80	0,00
Итого			529	20,18	21,77	68,44	551,77	18,61
Полдник								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,09	0,00	8,15	33,51	0,53
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,83	1,28	12,94	70,83	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,75	6,03	0,00	74,46	0,14
Итого			194	6,67	7,31	21,09	178,80	0,67
Ужин								
2012	268	РЫБА ПО ДОМАШНЕМУ	150	13,81	8,41	3,72	146,09	0,94
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	31	0,92	0,06	1,93	11,90	1,23
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	8,05	32,43	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,21	1,54	15,62	85,53	0,00
Итого			390	17,00	10,01	29,32	275,95	2,18
Всего				53,08	53,18	180,41	1 418,85	24,34

медицинская сестра _____

Сорокина Татьяна Владимировна

повар _____