

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №181"
/Ольга Александровна Климушина/

МЕНЮ
11 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ	180	5,87	7,32	30,23	211,48	0,77
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,59	3,85	13,92	105,65	0,64
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/7	2,29	7,65	15,97	142,19	0,00
Итого			397	11,75	18,82	60,12	459,32	1,41
II Завтрак								
2008		СОК	102	0,51	0,10	10,32	43,96	2,04
Итого			102	0,51	0,10	10,32	43,96	2,04
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	38	0,42	0,08	1,44	9,11	9,49
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ КУР	180	4,55	6,27	11,28	119,89	5,77
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,45	3,25	33,19	183,94	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ФИЛЕ КУР	60	13,79	5,63	3,26	120,58	0,34
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,37	0,05	13,40	55,84	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,27	0,43	20,93	100,68	0,00
Итого			637	27,85	15,71	83,50	590,04	15,68
Полдник								
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	7,86	31,66	0,01
2008		кондитерское изделие	70	0,56	0,07	55,57	227,01	0,00
Итого			220	0,62	0,07	63,43	258,67	0,01
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	2,82	9,33	15,44	158,09	16,38
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	1,57	15,91	87,11	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,00	7,86	31,66	0,01
Итого			390	5,13	10,90	39,21	276,86	16,39
Всего				45,86	45,60	256,58	1 628,85	35,53

медицинская сестра _____

Сорокина Татьяна Владимировна

повар _____



МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ	150	5,17	6,46	29,04	195,97	0,64
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,90	3,08	13,00	92,05	0,52
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,28	6,15	15,95	128,67	0,00
Итого			335	10,35	15,69	57,99	416,69	1,16
II Завтрак								
2008	442	СОК	102	0,51	0,10	10,32	43,96	2,04
Итого			102	0,51	0,10	10,32	43,96	2,04
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	29	0,32	0,06	1,10	6,93	7,22
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ КУР	150	3,92	5,72	10,13	107,94	5,30
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,92	3,07	30,00	167,44	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ ИЗ ФИЛЕ КУР	60	12,81	5,48	3,40	115,79	0,34
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,38	0,05	13,76	57,33	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,62	0,35	16,80	80,83	0,00
Итого			549	24,97	14,73	75,19	536,26	12,94
Полдник								
2008		кондитерское изделие	50	0,40	0,05	39,60	161,79	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	8,01	32,24	0,01
Итого			200	0,46	0,05	47,61	194,03	0,01
Ужин								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	130	2,41	9,16	13,20	146,04	15,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	1,57	15,91	87,11	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	8,01	32,24	0,01
Итого			340	4,72	10,73	37,12	265,39	15,12
Всего				41,01	41,30	228,23	1 456,33	31,27

медицинская сестра _____

Сорокина Татьяна Владимировна

повар _____