

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №181"

/Ольга Александровна Климушина/

МЕНЮ

31 марта 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ	150	4,61	5,93	21,33	157,34	0,18
2012	397	КОФЕЙНЫЙ НАПИОК	180	1,33	1,45	15,77	81,58	0,07
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5	6,68	11,20	15,86	192,39	0,06
Итого			365	12,62	18,58	52,96	431,31	0,31
II Завтрак								
2008	442	СОК	103	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			103	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2008	95	ОВОЩНОЙ СУП С ТУШЕНКОЙ	150	5,34	6,90	8,24	116,87	10,30
2008	311	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ	130	9,51	11,74	34,52	282,13	1,71
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,56	2,65	2,29	35,38	2,08
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,38	0,05	13,67	56,93	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,49	0,33	15,93	76,62	0,00
Итого			498	18,28	21,67	74,65	567,93	14,17
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	5,89	4,90	36,46	213,61	2,93
2008	434	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	7,97	32,10	0,01
Итого			210	5,95	4,90	44,43	245,71	2,94
Ужин								
2008	335	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,98	4,40	9,92	92,98	24,32
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	8,07	32,67	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	1,56	15,82	86,61	0,00
Итого			359	5,33	5,96	33,81	212,26	24,34
Всего				42,68	51,21	215,75	1 500,21	43,76

медицинская сестра _____ Сорокина Татьяна Владимировна

повар _____

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №181"

/Ольга Александровна Климушина/

МЕНЮ

31 марта 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ	180	6,29	7,34	27,97	203,63	0,27
2012	397	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,63	1,80	18,09	95,33	0,09
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,27	7,08	15,87	136,69	0,00
Итого			400	10,19	16,22	61,93	435,65	0,36
II Завтрак								
2008	442	СОК	103	0,51	0,10	10,37	44,16	2,05
Итого			103	0,51	0,10	10,37	44,16	2,05
Обед								
2008	95	ОВОЩНОЙ СУП С ТУШЕНКОЙ	180	6,28	7,74	9,15	131,73	11,35
2008	311	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ	150	10,58	12,85	34,49	296,19	1,79
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,94	4,41	3,81	58,95	3,47
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,37	0,05	13,43	55,99	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,10	0,41	19,87	95,62	0,00
Итого			607	21,27	25,46	80,75	638,48	16,69
Полдник								
2008	434	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	7,85	31,63	0,01
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	60	5,32	4,47	33,23	194,35	2,86
Итого			210	5,38	4,47	41,08	225,98	2,87
Ужин								
2008	335	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,61	5,51	12,08	114,40	28,86
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,00	7,85	31,63	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,24	1,56	15,82	86,61	0,00
Итого			409	5,91	7,07	35,75	232,64	28,87
Всего				43,26	53,32	229,88	1 576,91	50,84

медицинская сестра _____ Сорокина Татьяна Владимировна

повар _____