

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

12 мая 2025 г.

Ясли 10 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	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65/5	6,09	8,15	1,09	102,03	0,08
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	40	0,76	3,55	3,07	47,49	2,79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	25	1,93	0,16	12,71	59,99	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,57	7,45	15,09	146,25	0,07
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,24	0,11	18,17	75,55	39,86
Итого			330	13,59	19,42	50,13	431,31	42,80
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	99	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			99	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/3	2,20	3,19	9,11	75,73	3,32
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	8,26	9,78	4,52	139,30	0,14
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	111	4,08	3,56	23,20	141,58	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	23	1,78	0,14	11,71	55,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,72	0,23	11,02	53,03	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,15	0,15	20,93	86,25	1,50
Итого			513	18,19	17,05	80,49	551,15	4,96
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	67/5	3,99	3,97	27,79	162,68	0,01
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,21	1,91	10,77	69,59	0,41
Итого			222	6,20	5,88	38,56	232,27	0,42
Всего				40,98	43,35	173,38	1 254,73	48,68

ПОВАР

Мат

Матвиевская Любовь Александровна

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

12 мая 2025 г.

Сад 10 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	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	86/5	8,11	14,82	1,60	172,36	0,12
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	59	1,11	5,21	4,51	69,70	4,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	27	2,07	0,17	13,63	64,34	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	27/10/5	3,85	6,76	13,67	131,34	0,05
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,29	0,13	22,59	93,91	49,55
Итого			409	15,43	27,09	56,00	531,65	53,82
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	119	3,60	1,20	5,04	48,00	0,60
Итого			119	3,60	1,20	5,04	48,00	0,60
Обед								
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/3	2,58	4,17	11,10	94,25	3,95
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	11,59	13,72	5,96	193,65	0,19
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	131	4,76	4,16	27,11	165,42	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	27	2,07	0,17	13,63	64,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,01	0,27	12,88	61,96	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,18	25,11	103,50	1,80
Итого			621	23,19	22,67	95,79	683,12	5,94
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	130	7,62	7,06	54,75	312,55	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,64	2,27	14,05	87,82	0,49
Итого			310	10,26	9,33	68,80	400,37	0,51
Всего				52,48	60,29	225,63	1 663,14	60,87

ПОВАР

Матв

Матвиевская Любовь Александровна