

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

14 апреля 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								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	53	1,01	4,73	4,09	63,18	3,72
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	2,34	8,44	15,13	145,85	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	157/7	0,04	0,00	7,18	28,87	0,01
Итого			337	10,78	17,96	41,75	371,95	3,73
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	97	2,82	2,43	4,09	52,56	0,29
Итого			97	2,82	2,43	4,09	52,56	0,29
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	153/3	1,77	2,51	7,16	58,10	6,73
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	63	8,22	9,57	7,44	148,56	0,45
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	2,00	2,36	12,79	80,55	0,00
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	8	0,12	0,30	0,53	6,16	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	27	2,09	0,17	13,72	64,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,50	0,20	9,61	46,23	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
Итого			537	15,70	15,11	62,87	450,77	7,18
Полдник								
2012	447	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	56/5	2,84	2,15	18,76	105,67	0,01
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	156	4,57	3,79	16,46	119,51	0,73
Итого			217	7,41	5,94	35,22	225,18	0,74
Всего				36,71	41,44	143,93	1 100,46	11,94

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

14 апреля 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	54	1,02	4,79	4,15	64,11	3,77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	33	2,48	0,20	16,34	77,10	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	43/10	2,53	9,22	16,43	158,86	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,06	0,00	9,81	39,43	0,01
Итого			370	11,05	18,70	47,00	400,79	3,78
II Завтрак								
2008	435	Ряженка	117	3,40	2,93	4,92	63,29	0,35
Итого			117	3,40	2,93	4,92	63,29	0,35
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	183/3	1,32	4,06	8,37	77,61	5,55
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	72	9,38	11,40	8,31	173,14	0,51
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	16	0,25	0,70	0,95	13,05	0,00
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	131	4,73	4,46	30,26	180,30	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	33	2,48	0,20	16,34	77,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,79	0,24	11,44	55,02	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,96	55,80	0,00
Итого			645	19,95	21,06	89,63	632,02	6,06
Полдник								
2012	447	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	110/10	5,45	3,49	37,16	201,61	0,02
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	184	3,69	3,06	15,19	104,25	0,59
Итого			304	9,14	6,55	52,35	305,86	0,61
Всего				43,54	49,24	193,90	1 401,96	10,80

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна