

Утверждаю



ЗАВЕДУЮЩИЙ

МДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

25 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/5/5	5,50	5,56	26,55	178,59	0,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ЛИМОНОМ	170	0,28	0,20	14,64	64,23	3,48
Итого			360	8,07	5,95	56,24	313,87	3,88
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,77	46,85	9,97
Итого			100	0,40	0,40	9,77	46,85	9,97
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,84	2,70	11,16	84,60	3,60
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,82	3,58	4,59	81,98	0,06
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,33	3,37	10,40	82,58	20,72
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	23	1,78	0,14	11,71	55,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,43	0,19	9,18	44,19	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,23	0,11	21,01	86,82	39,00
Итого			505	17,43	10,09	68,05	435,43	63,38
Полдник								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	148	0,72	0,15	14,45	61,53	1,18
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	5,13	6,15	30,05	195,89	0,16
Итого			198	5,85	6,30	44,50	257,42	1,34
Всего				31,75	22,74	178,56	1 053,57	78,57

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

25 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								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190/5/5	6,85	6,69	32,80	219,20	0,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	29	2,18	0,18	14,31	67,52	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ЛИМОНОМ	180	0,28	0,20	14,65	64,31	3,50
Итого			409	9,31	7,07	61,76	351,03	3,99
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,79	46,97	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,97	9,99
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52	4,32
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	71	10,99	5,03	6,76	116,29	0,08
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,77	3,47	12,55	94,15	24,58
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	29	2,18	0,18	14,31	67,52	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,23	11,18	53,81	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,28	0,13	24,94	103,11	47,02
Итого			616	22,58	12,28	83,13	536,40	76,00
Полдник								
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	50	5,07	5,92	30,23	194,36	0,16
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	196	0,98	0,20	19,83	84,44	3,93
Итого			246	6,05	6,12	50,06	278,80	4,09
Всего				38,34	25,87	204,74	1 213,20	94,07

ПОВАР

Матвеева

Матвиевская Любовь Александровна