

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

28 июля 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	62	1,17	5,49	4,75	73,43	4,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	42/10	2,59	7,64	16,80	146,26	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,04	0,00	8,79	35,32	0,01
Итого			377	11,44	17,94	47,37	396,95	4,33
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	183/4	1,28	3,68	8,24	72,73	5,50
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	205/70/13 0	11,17	5,28	12,24	143,55	5,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	20,85	86,12	1,44
Итого			838	17,34	9,60	72,19	449,33	12,26
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160/5/5	3,55	5,40	24,50	161,37	0,37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2012	395	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ С МОЛОКОМ	180	2,70	2,33	12,54	82,53	0,50
Итого			383	8,79	7,94	53,77	322,84	0,87
Всего				37,97	35,88	183,13	1 216,11	27,46

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна