

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

7 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	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	85/5	8,06	14,34	1,55	167,74	0,12
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	58	1,10	5,14	4,45	68,79	4,05
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	33/10/5	5,23	7,64	16,77	157,44	0,08
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	190	0,30	0,13	22,65	94,17	49,69
Итого			419	17,23	27,46	62,15	567,08	53,94
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	123	3,60	1,20	5,04	48,00	0,60
Итого			123	3,60	1,20	5,04	48,00	0,60
Обед								
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/3	2,61	4,21	11,14	95,36	3,96
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	69	11,69	13,23	5,83	189,38	0,18
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	129	4,76	4,16	27,11	165,42	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,81	0,24	11,59	55,75	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,18	25,11	103,50	1,80
Итого			621	23,59	22,23	97,51	688,35	5,94
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	130	7,66	7,07	54,77	313,07	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,51	2,16	13,84	85,49	0,46
Итого			310	10,17	9,23	68,61	398,56	0,48
Всего				54,59	60,12	233,31	1 701,99	60,96

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

7 апреля 2025 г.

Если 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	66/5	6,25	8,30	1,09	103,99	0,08
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	40	0,77	3,59	3,11	48,05	2,83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,61	7,23	15,09	144,31	0,07
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,23	0,11	17,78	73,91	39,00
Итого			331	13,77	19,39	49,62	429,47	41,98
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	104	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			104	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/3	2,19	3,94	9,28	83,34	3,39
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	8,56	9,38	4,09	135,05	0,13
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	109	4,00	3,49	22,74	138,78	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	28	2,10	0,17	13,80	65,13	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,49	0,20	9,54	45,89	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,15	0,15	20,93	86,25	1,50
Итого			512	18,49	17,33	80,38	554,44	5,02
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	68/5	4,13	4,06	28,01	164,82	0,01
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,09	1,79	9,90	64,65	0,38
Итого			223	6,22	5,85	37,91	229,47	0,39
Всего				41,48	43,57	172,11	1 253,38	47,89

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна