



Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

13 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ	190/5/5	5,57	7,58	24,92	190,61	0,41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	31	2,39	0,19	15,70	74,12	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,06	0,00	9,80	39,41	0,01
Итого			421	8,02	7,77	50,42	304,14	0,42
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	1,73	2,09	14,71	84,81	4,75
2008	324	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	70	1,89	2,14	11,83	74,06	0,00
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	69	12,83	13,37	10,46	213,29	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	1,52	1,89	6,89	51,43	13,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	31	2,39	0,19	15,70	74,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,01	0,27	12,87	61,94	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	173	0,23	0,05	32,34	130,49	0,36
Итого			623	22,60	20,00	104,80	690,14	18,31
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	99	1,91	4,23	21,88	134,77	0,60
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,73	2,62	2,71	37,42	0,08
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	178	3,52	2,91	14,89	100,86	0,56
Итого			307	6,16	9,76	39,48	273,05	1,24
Всего				37,18	37,93	204,50	1 314,33	29,97

ПОВАР

Матвеева

Матвеевская Любовь Александровна

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКОУ ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

13 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ	150/5/5	4,34	6,80	20,61	161,35	0,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	153/7	0,04	0,00	7,01	28,16	0,01
Итого			350	6,67	6,99	42,67	260,56	0,33
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,79	46,95	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,95	9,99
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,46	1,64	12,54	70,90	3,96
2008	324	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	60	1,59	1,89	10,05	63,59	0,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	59	11,11	12,26	9,01	190,51	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,25	1,46	5,84	42,24	11,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	26	1,96	0,16	12,90	60,90	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,23	10,90	52,45	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	144	0,19	0,04	26,96	108,75	0,30
Итого			525	19,26	17,68	88,20	589,34	15,54
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	80	1,65	3,86	17,58	113,02	0,46
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,51	1,41	1,94	22,56	0,05
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	148	3,03	2,49	12,00	83,55	0,47
Итого			248	5,19	7,76	31,52	219,13	0,98
Всего				31,52	32,83	172,18	1 115,98	26,84

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна