

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

14 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/5/5	3,92	5,71	22,45	156,57	0,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	170/8	0,06	0,00	7,77	31,76	0,42
Итого			368	6,27	5,90	45,27	259,38	0,74
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	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,60	3,17	15,34	100,35	2,76
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	58	10,17	6,03	9,69	133,67	0,08
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110	2,20	4,96	12,19	106,61	8,86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	26	1,96	0,16	12,90	60,90	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,89	0,25	12,11	58,27	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,76	47,00	0,00
Итого			523	18,82	14,57	73,99	506,80	11,70
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	32	1,90	1,51	24,11	117,64	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	164	4,86	4,19	8,05	90,54	0,90
Итого			196	6,76	5,70	32,16	208,18	0,90
Всего				32,25	26,57	161,21	1 021,31	23,33

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

14 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	4,96	5,72	27,25	179,83	0,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	31	2,37	0,19	15,59	73,57	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,10	0,00	9,96	41,02	0,79
Итого			418	7,43	5,91	52,80	294,42	1,19
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								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,20	4,07	18,19	122,30	3,31
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	69	10,58	6,26	11,67	145,41	0,09
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,40	5,50	12,91	116,28	10,07
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	31	2,37	0,19	15,59	73,57	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,25	0,30	14,43	69,43	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,53	46,11	0,00
Итого			594	20,80	16,32	84,32	573,10	13,47
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	65	3,83	3,05	48,67	237,51	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,41	4,67	8,95	100,74	1,00
Итого			248	9,24	7,72	57,62	338,25	1,00
Всего				37,87	30,35	204,53	1 252,74	25,65

ПОВАР



Матвиевская Любовь Александровна