

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

15 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,27	3,85	14,59	110,71	0,55
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	168/8	0,10	0,00	11,96	48,20	0,02
Итого			356	6,66	4,04	41,60	229,96	0,57
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	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	150	1,17	2,86	7,66	61,67	5,24
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	64	10,02	3,03	5,32	88,77	0,55
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	109	2,34	3,65	15,74	105,31	7,63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	26	2,02	0,16	13,26	62,59	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,89	0,25	12,11	58,27	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	149	0,08	0,00	20,76	83,31	0,04
Итого			527	17,52	9,95	74,85	459,92	13,46
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130/4/4	4,13	4,72	22,92	150,97	0,26
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	21	1,58	0,13	10,39	49,05	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,09	1,80	10,38	66,56	0,39
Итого			309	7,80	6,65	43,69	266,58	0,65
Всего				32,38	21,04	169,94	1 003,45	24,68

ПОВАР

Матвиевская Любовь Александровна

МЕНЮ

15 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	5,31	4,73	17,89	136,29	0,68
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	31	2,39	0,19	15,69	74,07	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,10	0,00	12,76	51,47	0,02
Итого			411	7,80	4,92	46,34	261,83	0,70
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	117	3,39	2,93	4,91	63,19	0,35
Итого			117	3,39	2,93	4,91	63,19	0,35
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,42	3,62	9,40	76,61	6,35
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	73	11,59	3,28	6,16	100,79	0,62
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	129	2,74	4,16	18,55	122,97	9,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	31	2,39	0,19	15,69	74,07	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,25	0,30	14,43	69,43	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,10	0,00	25,73	103,28	0,04
Итого			627	20,49	11,55	89,96	547,15	16,01
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	160/5/5	5,09	5,86	28,16	186,12	0,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	31	2,39	0,19	15,69	74,07	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,49	2,15	12,37	79,41	0,46
Итого			381	9,97	8,20	56,22	339,60	0,78
Всего				41,65	27,60	197,43	1 211,77	17,84

ПОВАР



Матвиевская Любовь Александровна