

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

22 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ	190/5/5	5,62	7,37	25,07	189,54	0,42
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	30	2,27	0,18	14,94	70,52	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,06	0,00	9,81	39,45	0,01
Итого			420	7,95	7,55	49,82	299,51	0,43
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,03	10,01
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	1,73	2,03	14,78	84,47	4,75
2008	324	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	70	1,89	1,99	11,81	72,66	0,00
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	72	13,68	13,83	10,12	219,44	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	1,49	2,03	6,74	51,98	13,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	30	2,27	0,18	14,94	70,52	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,81	0,24	11,59	55,75	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,27	0,05	33,11	133,80	0,44
Итого			629	23,14	20,35	103,09	688,62	18,37
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	99	1,89	4,26	22,23	136,63	0,60
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,77	2,54	2,83	37,35	0,08
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	181	3,58	2,98	15,02	102,28	0,58
Итого			310	6,24	9,78	40,08	276,26	1,26
Всего				37,73	38,08	202,80	1 311,42	30,07

ПОВАР



Матвиевская Любовь Александровна



Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"
/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

22 апреля 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	4,36	6,80	20,74	161,91	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	142/7	0,03	0,00	6,52	26,20	0,01
Итого			339	6,68	6,99	42,31	259,16	0,33
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,77	46,85	9,97
Итого			100	0,40	0,40	9,77	46,85	9,97
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,43	1,87	12,16	71,32	3,97
2008	324	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	60	1,58	1,51	10,08	60,22	0,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	62	11,80	12,21	8,79	191,87	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,29	1,70	5,55	43,35	11,35
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,49	0,20	9,54	45,89	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	151	0,23	0,05	27,93	112,86	0,37
Итого			530	19,73	17,70	86,60	584,72	15,69
Полдник								
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	80	1,63	3,62	16,73	107,58	0,46
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,46	1,60	1,61	22,74	0,05
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	151	2,99	2,48	12,54	85,38	0,48
Итого			251	5,08	7,70	30,88	215,70	0,99
Всего				31,89	32,79	169,56	1 106,43	26,98

ПОВАР

Мат

Матвиевская Любовь Александровна