

Утверждаю



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

МЕНЮ

27 марта 2025 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,45	5,42	17,35	136,67	0,56
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	186/8	0,13	0,00	13,18	53,20	0,03
Итого			374	6,87	5,61	45,58	260,92	0,59
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,89	9,98
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,17	3,34	9,43	72,82	5,33
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	71	10,61	5,34	5,27	111,93	0,59
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	109	2,31	3,45	15,67	103,12	7,61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	23	1,78	0,14	11,71	55,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,54	0,21	9,89	47,59	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	151	0,08	0,00	22,17	88,98	0,03
Итого			527	17,49	12,48	74,14	479,70	13,56
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130/4/4	4,00	4,48	21,32	141,96	0,26
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,25	1,94	10,17	67,70	0,42
Итого			305	7,52	6,52	39,85	249,13	0,68
Всего				32,28	25,01	169,35	1 036,64	24,81

ПОВАР

Матв

Матвиевская Любовь Александровна

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

27 марта 2025 г.

Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	5,46	4,87	18,10	138,99	0,71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	27	2,03	0,16	13,33	62,93	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	182/10	0,10	0,00	12,94	52,10	0,02
Итого			409	7,59	5,03	44,37	254,02	0,73
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	129	3,73	3,21	5,40	69,43	0,39
Итого			129	3,73	3,21	5,40	69,43	0,39
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,42	3,72	9,23	76,71	6,34
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	10,71	3,15	6,19	96,29	0,62
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,77	4,38	18,61	125,28	9,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	27	2,03	0,16	13,33	62,93	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,76	0,23	11,26	54,19	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,10	0,00	25,59	102,68	0,04
Итого			614	18,79	11,64	84,21	518,08	16,01
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	160/5/5	5,16	6,01	28,32	188,43	0,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	27	2,03	0,16	13,33	62,93	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,60	2,24	12,32	80,41	0,48
Итого			377	9,79	8,41	53,97	331,77	0,82
Всего				39,90	28,29	187,95	1 173,30	17,95

ПОВАР

Матвиевская

Матвиевская Любовь Александровна