

Утверждаю



ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

5 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	53	1,01	4,74	4,10	63,35	3,73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	2,34	8,44	15,13	145,85	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	149/7	0,05	0,00	6,80	27,34	0,01
Итого			329	10,79	17,97	41,38	370,59	3,74
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	101	2,92	2,52	4,23	54,42	0,30
Итого			101	2,92	2,52	4,23	54,42	0,30
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	153/3	1,77	2,51	7,16	58,10	6,73
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	59	7,46	9,41	7,35	143,89	0,44
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	1,99	2,69	12,65	82,86	0,00
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	8	0,14	0,35	0,60	7,10	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	22	1,64	0,13	10,81	51,01	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,37	0,18	8,80	42,36	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,91	47,64	0,00
Итого			526	14,37	15,27	59,28	432,96	7,17
Полдник								
2012	447	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	55/5	2,57	1,36	19,02	98,54	0,01
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	143	4,16	3,45	15,89	112,46	0,67
Итого			203	6,73	4,81	34,91	211,00	0,68
Всего				34,81	40,57	139,80	1 068,97	11,89

ПОВАР

Матвеева

Матвиевская Любовь Александровна

Утверждаю



ЗАВЕДУЮЩИЙ

МКДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 13 "ИСКОРКА"

/Донец Галина Петровна/

МЕНЮ

5 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	59	1,12	5,25	4,54	70,22	4,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	26	1,96	0,16	12,89	60,83	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	35/10	2,01	7,92	12,97	131,23	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,06	0,00	9,80	39,41	0,01
Итого			360	10,11	17,82	40,47	362,98	4,14
II Завтрак								
2008	435	Ряженка	121	3,52	3,03	5,10	65,54	0,36
Итого			121	3,52	3,03	5,10	65,54	0,36
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	183/3	1,31	3,83	8,48	75,49	5,54
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	68	8,55	10,04	8,40	157,98	0,51
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	15	0,23	0,59	0,94	11,65	0,00
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	129	4,72	4,16	30,21	177,37	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	26	1,96	0,16	12,89	60,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,60	0,21	10,22	49,19	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,86	55,40	0,00
Итого			628	18,37	18,99	85,00	587,91	6,05
Полдник								
2012	447	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	110/10	5,47	3,39	37,11	200,61	0,02
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,40	2,81	14,74	98,95	0,54
Итого			295	8,87	6,20	51,85	299,56	0,56
Всего				40,87	46,04	182,42	1 315,99	11,11

ПОВАР

Матвеева

Матвеевская Любовь Александровна