

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №13"

/Иванова Т. А./

МЕНЮ

10 января 2025 г.

Ясли 10,5 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	187	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,73	6,08	18,49	152,45	1,20
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,73	3,15	11,26	89,21	0,68
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,71	0,66	11,75	59,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,01	2,36	0,02	21,37	0,00
Итого			326	11,18	12,25	41,52	322,92	1,88
II Завтрак								
		ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	6	1,30	1,70	12,89	72,23	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,88	64,63	3,01
Итого			156	2,05	1,85	27,77	136,86	3,01
Обед								
2008	104	СУП ФАСОЛЕВЫЙ С КУРОЙ	150	5,35	5,63	11,61	119,64	4,56
2012	242	РЫБА ТУШЕНАЯ С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ	150	12,55	7,73	19,93	199,72	7,96
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	4,84	19,35	2,52
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	35	0,28	0,04	0,60	4,55	1,75
Итого			515	20,17	13,66	49,70	404,45	16,79
Полдник								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	80	14,99	10,38	27,19	266,98	0,11
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,71	0,66	11,75	59,89	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,16	0,00	4,48	18,63	0,10
Итого			273	16,86	11,04	43,42	345,50	0,21
Всего				50,26	38,80	162,41	1 209,73	21,89

Повар

Миназетдинова М.Н.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад №13"
Иванова Т. А./

МЕНЮ

10 января 2025 г.

Сад 10,5 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	187	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,24	7,13	23,49	184,05	1,34
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,40	3,64	12,77	102,43	0,78
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			435	12,92	15,77	51,72	402,48	2,12
II Завтрак								
		ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	30	2,18	2,85	21,65	121,35	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			190	2,93	3,00	36,80	185,85	3,00
Обед								
2008	104	СУП ФАСОЛЕВЫЙ С КУРОЙ	200	7,64	9,42	15,73	180,22	4,90
2012	242	РЫБА ТУШЕНАЯ С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ	200	11,74	4,59	27,75	199,57	10,09
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	3,96	15,83	3,60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,53	0,34	16,18	77,87	0,00
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
Итого			688	22,31	14,40	64,47	479,99	21,09
Полдник								
2012	206	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	130	21,03	14,88	20,03	305,20	0,19
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	195	0,19	0,00	6,13	25,28	0,04
Итого			355	23,47	15,75	41,58	409,08	0,23
Всего				61,63	48,92	194,57	1 477,40	26,44

Повар

Миназетдинова М.Н.