

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 марта 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	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	5,51	6,26	18,85	154,72	0,68
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,02	2,57	9,15	72,52	0,52
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,66	11,68	59,54	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,53	1,95	0,00	24,06	0,05
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,01	2,25	0,02	20,40	0,00
Итого			333	11,77	13,69	39,70	331,24	1,25
II Завтрак								
2008		БАНАН	144	2,16	0,72	30,20	138,07	14,38
Итого			144	2,16	0,72	30,20	138,07	14,38
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	2,40	3,97	16,86	115,23	7,39
2008	316	КУРА ОТВАРНАЯ С МАКАРОНАМИ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	17,82	18,18	33,95	371,28	1,67
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,00	5,28	21,12	2,52
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		СЕЛЬДЬ С/С С ЛУКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	25	2,03	1,89	0,13	25,68	0,06
Итого			505	24,24	24,30	68,94	594,50	11,64
Полдник								
2008	129	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ	150	9,66	10,41	9,66	171,25	8,54
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,66	11,68	59,54	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	175	0,07	0,00	5,45	22,16	0,11
Итого			348	11,43	11,07	26,79	252,95	8,65
Всего				49,60	49,78	165,63	1 316,76	35,92

Повар

Миназетдинова М.Н.

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 марта 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	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,63	8,18	23,84	196,44	0,78
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,15	3,45	11,09	93,27	0,68
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,29	2,91	0,00	35,85	0,07
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			445	15,35	19,54	50,39	441,56	1,53
II Завтрак								
2008		БАНАН	182	2,19	0,73	30,66	140,15	6,02
Итого			182	2,19	0,73	30,66	140,15	6,02
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	3,75	5,10	27,21	174,14	10,34
2008	316	КУРА ОТВАРНАЯ С МАКАРОНАМИ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	200	21,46	21,85	45,01	463,04	1,35
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	2,82	11,29	3,60
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,51	0,33	16,07	77,34	0,00
2008		СЕЛЬДЬ С/С С ЛУКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	30	5,29	3,44	0,19	53,10	0,10
Итого			668	33,01	30,72	91,30	778,91	15,39
Полдник								
2008	129	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ	200	13,74	13,71	10,52	220,92	17,72
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	205	0,10	0,00	9,08	36,68	0,02
Итого			435	16,09	14,58	35,02	336,20	17,74
Всего				66,64	65,57	207,37	1 696,82	40,68

Повар

Миназетдинова М.Н.