

Согласовано

Заведующий
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"
/В.Н. Антонов/



МЕНЮ
4 апреля 2025 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	ПШЕННО-РИСОВАЯ КАША "ДРУЖБА" (молоко пастер. 2,5% жирности, крупа рисовая, пшено, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая)	170	4,79	5,35	25,21	168,56	0,44
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30/9	2,29	8,28	15,49	145,76	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	200	2,92	2,42	12,44	83,87	0,52
Итого			409	10,00	16,05	53,14	398,19	0,96
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ И КУРИЦЕЙ (картофель, кури потрош. 1 категории, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая, лавровый лист)	180/20	5,24	6,92	13,38	140,70	4,52
2012	205	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,14	3,16	20,07	121,43	0,00
2012	258	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (фарш рыбный (минтай), лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	70	1,26	2,25	5,46	47,20	0,49
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ) (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	200	0,00	0,00	6,20	24,76	20,00
Итого			650	12,95	12,77	66,31	436,07	25,01
Полдник								
к/к	к/к	ПАНЖАКАЙ (мука пшеничная высш.сорт, картофель, творог 5,0% жирности, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная)	70	6,80	5,61	31,81	205,18	1,06
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			270	12,60	10,61	41,41	313,18	3,66
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	25	0,20	0,03	0,43	3,25	1,25
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ (картофель, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	130	2,35	3,69	17,63	113,86	8,95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	200	0,12	0,00	7,42	30,16	0,02
Итого			405	6,49	4,03	50,57	265,68	10,22
Всего				42,44	43,86	221,23	1 460,12	49,85