

Согласовано

М/

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 8"

Заведующий

/В.И. Антонов/

МЕНЮ

10 февраля 2025 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
к/к	к/к	ГРЕЧНЕВАЯ КАША РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	170	4,76	3,65	24,37	149,23	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30/9	2,30	8,31	15,49	146,08	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	200	0,12	0,00	7,42	30,14	0,02
Итого			409	7,18	11,96	47,28	325,45	0,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (капуста квашеная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок)	50	0,82	2,15	2,43	33,56	13,00
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, кури потрош. 1 категории, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, батон простой)	180	9,89	5,95	27,24	202,42	3,61
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПЕРЛОВКИ С КУРИННОЙ ГРУДКОЙ (птица филе (грудки), крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, соль йодированная)	200	11,86	16,33	25,57	297,26	1,41
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,61	51,06	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ) (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	180	0,00	0,00	6,23	24,90	20,00
Итого			635	24,23	24,65	72,08	609,20	38,02
Полдник								
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			220	7,30	6,96	24,48	191,40	2,60
Ужин								
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист)	130	2,19	2,02	6,64	55,07	20,83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,71	0,30	24,34	114,86	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	3,11	2,61	11,04	80,95	0,52
Итого			360	9,01	4,93	42,02	250,88	21,35
Всего				48,22	48,60	195,96	1 419,93	63,99