

Согласовано

М.

Заведующий
 МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 131/В" Антоно

МЕНЮ

17 марта 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	183	РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ КАША С ИЗЮМОМ (крупа рисовая, виноград сушеный (изюм), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	170	2,57	2,36	35,75	174,52	0,00
2008	1	БАТОН С СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	30/9	2,30	8,33	15,49	146,22	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	200	0,12	0,00	7,45	30,25	0,02
Итого			409	4,99	10,69	58,69	350,99	0,02
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКИ (яблоки)	27	0,11	0,11	2,67	12,78	2,72
Итого			27	0,11	0,11	2,67	12,78	2,72
Обед								
2008	88	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (капуста квашеная, картофель, куры потрош. 1 категории, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, томатная паста, вода питьевая, лавровый лист)	180/15/5	4,10	6,93	4,78	101,92	3,75
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист)	120	2,03	1,90	6,15	51,19	19,23
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (куры потрош. 1 категории, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	80	11,17	12,47	3,93	172,50	0,47
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2008	402	ФРУКТОВЫЙ КОМПОТ (фрукты быстрозамороженные, сахар песок, вода питьевая, витамин с)	200	0,00	0,00	6,20	24,77	0,00
Итого			650	20,61	21,74	42,26	452,36	23,45
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого			250	9,55	9,90	46,80	316,50	2,60
Ужин								
2008	192	МАННИК С СЛАДКИМ СОУСОМ (крупа манная, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	150/10	4,13	4,26	34,05	191,60	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,11	2,61	11,01	80,86	0,52
Итого			360	7,24	6,87	45,06	272,46	0,52
Всего				42,50	49,31	195,48	1 405,09	29,31

ИЙ
8"
УВ/