

Согласовано

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



МЕНЮ
26 февраля 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	ЯЧНЕВАЯ КАША (молоко пастер. 2,5% жирности, крупа ячневая, масло сладко-сливочное несоленное, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	170	4,82	4,97	21,89	152,01	0,42
2008	1	БАТОН С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленное, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30/7	2,28	6,64	15,48	130,91	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	200	2,92	2,42	12,40	83,72	0,52
Итого			407	10,02	14,03	49,77	366,64	0,94
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	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ (капуста белокочанная, свекла, морковь, сахар песок, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,76	2,46	4,27	42,53	5,67
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, кури потрош. 1 категории, огурцы соленые, морковь, лук репчатый, крупа перловая, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, лавровый лист)	180/10/8	4,83	6,23	11,71	125,37	3,84
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленное, соль йодированная)	130	2,51	4,47	15,64	113,24	7,43
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ ГОВЯДИНЫ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, масло сладко- сливочное несоленное, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	70	14,77	5,86	4,74	146,92	10,43
к/к	к/к	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	6,14	24,54	0,00
Итого			698	26,18	19,46	63,70	554,58	27,37
Полдник								
к/к	к/к	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленное, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, повидло)	50	5,03	4,83	32,93	195,34	0,11
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
Итого			250	10,66	9,68	42,24	300,10	1,15
Ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленное, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	150	1,99	5,84	12,68	111,91	9,96
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)	180	0,12	0,00	7,39	30,04	0,02
Итого			380	5,93	6,15	45,16	260,36	9,98
Всего				53,29	49,42	210,97	1 524,68	41,44