



МЕНЮ
1 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ПЕРКУЛЕС	200	6,5	5,8	17,2	145	0
2012	364	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	4,8	4,1	0,3	57	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/6	1,9	5,8	12,5	110	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,3	1,5	8,8	56	0
Итого			471	14,5	17	38,8	368	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200			43	172	0
Итого			200			43	172	0
Обед								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,2	0,3	11,2	53	0
2012		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И СЫРОМ	60	2,4	5,8	5,9	86	0
2008	92	СУП ВОЛНА С МЯСОМ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	200/8/9	7,9	7,9	15,4	169	7,7
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150/3	13,5	6,2	21,1	208	18,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,4		15,1	62	0
Итого			673	26,9	20,4	78,5	625	25,8
Полдник								
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	5,6	5	9	113	0,6
2012	462	"ВАТРУШКА" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ДЕСТА	60	4,3	4,4	34	193	0,1
Итого			260	9,9	9,4	43	306	0,7
Ужин								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,3	59	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,2	0,3	11,2	53	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	9,5	41	200
2008	262	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	150	10,2	8,8	7,9	152	16,49
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			550	15	14,3	54,6	412	216,49
Всего				66,3	61,1	257,7	1883	242,99

Мл.воспитатель _____

T.V. Ишкина



МЕНЮ

1 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ ГЕРКУЛЕС	200	6,5	5,8	17,2	145	0
2012	364	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	4,8	4,1	0,3	57	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/8	1,9	5,8	12,5	110	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,3	1,5	2,8	56	0
Итого			471	14,5	17	38,8	368	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200			43	172	0
Итого			200			43	172	0
Обед								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,2	0,3	11,2	53	0
2012		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И СЫРОМ	60	2,4	5,8	5,9	86	0
2008	92	СУП ВОЛНА С МЯСОМ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	200/8/9	7,9	7,9	15,4	169	7,7
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150/3	13,5	6,2	21,1	208	18,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,4		15,1	82	0
Итого			673	26,9	20,4	78,5	625	25,8
Полдник								
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	5,6	5	9	113	0,6
2012	462	"ВАТРУШКА" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ДЕСТА	60	4,3	4,4	34	193	0,1
Итого			260	9,9	9,4	43	306	0,7
Ужин								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,3	59	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,2	0,3	11,2	53	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	9,5	41	200
2008	262	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	150	10,2	8,8	7,9	152	16,49
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			550	15	14,3	54,6	412	216,49
Всего				66,3	61,1	257,7	1883	242,99

Мл.воспитатель _____

Т.В. Ишкина