



МЕНЮ

1 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой ГЕРКУЛЕС	200	6,6	6,8	19	165	0,9
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/6	1,9	5,8	12,5	110	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2	1,7	8,8	59	0,3
Итого			431	10,5	14,3	40,3	334	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,6		33	136	12
Итого			200	0,6		33	136	12
Обед								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,8	3,7	3,2	50	2,9
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ, С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	200/6/7	3,9	4,4	9,3	96	6,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,5	15,7	19,7	274	9,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
Итого			733	24	24,3	67,9	591	18,8
Полдник								
2008	167	БИСКВИТИК ИЗ МОРКОВИ	60	5,6	7	36	231	0,5
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	5,6	4,9	8,1	105	0,2
Итого			260	11,2	11,9	44,1	336	0,7
Ужин								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	175/5	26,5	16,2	46,3	440	0,2
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,6	0,3	14,2	73	72
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			480	27,5	16,9	70,3	560	82,2
Всего				73,8	67,4	255,6	1957	114,9

Мл.воспитатель

И.И.

Ишкина Т.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения

МАОУ № 313

Мандат В.А.

МАОУ
№ 313**МЕНЮ**

1 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС	150	5	5,1	14,2	124	0,7
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/6	1,5	5,6	10	97	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,9	1,7	7,8	54	0,3
Итого			356	8,4	12,4	32	275	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,5		29,7	122	10,8
Итого			180	0,5		29,7	122	10,8
Обед								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,3	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,5	2,1	1,8	29	0,7
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ, С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/5/6	3,5	4,1	8,6	87	6,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10,8	11,9	14,2	207	6,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			4,9	19	0
Итого			606	18,5	18,6	53,8	458	13,8
Полдник								
2008	167	БИСКВИТИК ИЗ МОРКОВИ	50	4,7	5,8	30,1	191	0,4
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5	4,4	7,4	94	0,2
Итого			230	9,7	10,2	37,5	285	0,6
Ужин								
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	145/5	22	14	38	370	0,2
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	11,9	61	60
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			425	22,9	14,6	59,2	476	69,7
Всего				60	55,8	212,2	1616	95,9

Мл.воспитатель



Ишкина Т.В.