

Утверждаю

Руководитель учреждения

МАДОУ № 313

/Горковенко Ю.Н./

№ 313

МЕНЮ

15 апреля 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 КРУПНОЙ ГЕРКУЛЕС	200	6,8	6,8	19	165	0,9
2012	364	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
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			471	15,4	18,8	40,6	395	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	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2012	50	САЛАТ "МОРСКОЙ" С КАЛЬМАРАМИ И ЯБЛОКОМ	60	11,5	4,9	3,4	104	1,5
2012	77	СУП "ХАРЧО" С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	4,1	4,5	14,4	119	5,2
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150/3	13,5	6,2	21,1	208	18,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			5,8	23	0
Итого			658	32,3	15,9	65	551	24,8
Полдник								
2012	483	БУЛОЧКА "ТАТАРОЧКА"	60	6,1	6,5	37,4	232	0,2
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	5,8	5	8	106	0,6
Итого			260	11,9	11,5	45,4	338	0,8
Ужин								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	262	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	150	10,8	15	8,8	216	24,6
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			500	15,3	16,1	55,5	444	106,6
Всего				75,5	62,3	239,5	1864	145,4

Мл.воспитатель _____

Ишкина Т.В.

Утверждаю

Руководитель учреждения
А. МАДОУ № 313
Горюховенко Ю.Н.

МЕНЮ

15 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая 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
2012	364	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
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			396	13,3	16,9	32,3	336	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	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2012	50	САЛАТ "МОРСКОЙ" С КАЛЬМАРАМИ И ЯБЛОКОМ	40	8,2	3,7	2,4	76	0,8
2012	77	СУП "ХАРЧО" С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	3,8	4,2	12,9	107	4,7
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	130/2	11,7	4,9	18,4	177	15,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			4,9	19	0
Итого			572	26,5	13,1	56,8	466	21,4
Полдник								
2012	483	БУЛОЧКА "ТАТАРОЧКА"	50	5	5,4	30,8	191	0,2
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	6,2	4,5	7,2	95	0,5
Итого			230	10,2	9,9	38	286	0,7
Ужин								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008	262	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	150	10,8	15	8,8	216	24,6
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			465	14,5	15,9	48,2	409	94,1
Всего				65	55,8	205	1619	128

Мл. воспитатель _____

Ишкина Т.В.