



МЕНЮ
 31 марта 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	417	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	150	5	4,8	18,5	139	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/5/9	4	3,9	15,1	111	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,7	1,4	8,5	53	0
Итого			379	10,7	10,1	42,1	303	0,6
II Завтрак								
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	100	2,9	2,5	4	53	0,3
Итого			100	2,9	2,5	4	53	0,3
Обед								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,4	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1	0,2	9	42	0
2008	379	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	40	0,5	4,4	3,8	57	0
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	3,6	4,3	8,2	89	9
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	130	12,5	12,4	25	263	0,6
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,1	0,1	12,1	51	0
Итого			565	18,8	21,5	65,5	537	9,6
Полдник								
2008		кондитерское изделие	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180					0
Итого			210	0,8	1	23,2	106	0
Ужин								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1	0,2	9	42	0
2008		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	30	0,2		0,5	4	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	2,6	15,9	97	0
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	7,4	3,9	4,8	83	0
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	160	1,6	0,2	4,6	29	0
Итого			410	14,1	7,1	44,6	302	0
Всего				47,3	42,2	179,4	1301	10,5

Мл.воспитатель _____

.....Т.В. Ишкина

Утверждаю



Руководитель учреждения
МАДОУ № 313
У.В. Малая

МЕНЮ
31 марта 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	417	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	200	6,8	6,7	25,4	190	0,8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50/5/13	5,1	3,9	17,5	126	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,7	1,4	9,6	58	0
Итого			468	13,6	12	52,5	374	0,8
II Завтрак								
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	130	3,8	3,3	5,2	69	0,4
Итого			130	3,8	3,3	5,2	69	0,4
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
2008	379	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	60	0,7	6,7	5,8	85	0
2012	34	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,9	4,7	9	100	10,1
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	180	17,3	14	32,7	326	1,07
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	200	0,1	0,1	15	62	0
Итого			685	24,7	26	83,3	673	11,17
Полдник								
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	55	1,5	1,8	42,5	195	0
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200					0
Итого			255	1,5	1,8	42,5	195	0
Ужин								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,2	0,3	11,2	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,2	0,3	11,2	52	0
2008		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,4	0,1	0,9	7	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	3,3	19,9	121	0
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	8,7	4,5	5,6	97	0
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2	0,2	5,8	36	0
Итого			520	16,5	8,7	54,6	366	0
Всего				60,1	51,8	238,1	1677	12,37

Мл. воспитатель _____

Т.В. Ишкина