

Согласовано

МБДОУ детский сад "Медвежонок"
 заведующий
 Хоймова Е.В./

МЕНЮ
 17 мая 2024 г.
 Сад 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	94	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа манная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	3,8	3,5	21,8	134	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,4	1,9	22,5	116	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30	1,3	10,1	9	132	0
Итого			410	7,5	15,5	53,3	382	0,7
II Завтрак								
2008		СНЕЖОК (кисломол. продукт с бифидофлорой 2,5% жирности)	100	3,4	2,5	5,5	61	0,7
Итого			100	3,4	2,5	5,5	61	0,7
Обед								
		ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ (томаты в собственном соку)	60		2,3		9	0
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГОВЯДИНОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, крупа рисовая)	200/15	5,4	6,3	22,5	169	3,7
2012	276	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, капуста белокочанная)	200	9,8	9,5	21,8	213	23,5
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,8		30,7	127	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	50	3,8	0,3	25,1	118	0
Итого			725	19,8	18,4	100,1	636	27,4
Уплотненный полдник								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (мука пшеничная высш. сорт, макаронные изделия высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	220	7,2	6,4	23,2	180	0,8
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/15/7			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, ванилин, соль йодированная, вода питьевая)	65	5	3,2	30,1	169	0
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			642	16,4	10,3	102,8	572	10,8
Всего				47,1	46,7	261,7	1651	39,6

повар

Федос Н.В.