

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	5,60	8,20	24,27	194,16	0,61
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	5,53	6,17	34,14	214,32	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	9,88	39,91	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,78	0,06	52,43	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,10	0,81	14,41	73,47	0,00
Итого			405	7,84	14,79	48,62	359,97	0,63
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Обед								
2012	34	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	31	2,00	0,00	4,60	26,60	0,00
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200	5,25	5,10	15,47	128,96	7,72
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	70/30	7,79	7,57	9,52	137,71	0,96
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	100	5,68	5,51	25,62	174,62	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,95	0,39	18,92	91,04	0,00
Итого			656	23,67	18,57	83,81	597,63	8,68
Полдник уплотненный								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,83	4,58	30,82	183,82	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	140	2,56	10,20	20,87	185,79	10,56
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	80	10,13	16,95	10,96	236,75	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	12,69	53,13	1,27
2008		ПЕЧЕНЬЕ	14	1,04	1,35	10,28	57,60	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,40	0,54	9,59	48,91	0,00
Итого			383	12,36	11,09	63,65	404,75	1,27
Всего				44,87	44,65	216,28	1 448,35	14,58

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4,86	6,71	21,17	165,37	0,51
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,04	0,00	7,82	31,45	0,01
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,40	0,54	9,59	48,91	0,00
Итого			344	6,33	11,38	38,62	283,13	0,52
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Обед								
2012	34	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	31	2,00	0,00	4,60	26,60	0,00
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	150	4,46	4,46	11,59	104,45	5,78
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	60/20	6,49	6,68	8,12	118,80	1,22
2008	181	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	90	5,11	4,54	23,11	153,50	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,96	0,26	12,58	60,51	0,00
Итого			531	20,02	15,94	67,74	494,82	7,00
Полдник уплотненный								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,29	3,70	27,38	160,16	0,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,11	0,11	10,25	43,00	1,06
2023		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,73	0,24	23,04	99,43	0,80
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,40	0,54	9,59	48,91	0,00
Итого			444	11,49	9,08	70,53	412,79	1,86
Всего				38,84	36,60	197,09	1 276,74	13,38

Медицинская сестра

Широкова Вера Александровна