

Утверждаю

заведующий

 МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"  
/Белова Елена Николаевна/

## МЕНЮ

5 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,00	6,52	16,64	141,57	0,52
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,23	3,35	12,70	95,02	0,52
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,61	3,31	0,00	40,88	0,08
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>361</b>	<b>11,34</b>	<b>13,76</b>	<b>39,62</b>	<b>329,87</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,27	4,71	6,92	88,33	0,79
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,27</b>	<b>4,71</b>	<b>6,92</b>	<b>88,33</b>	<b>0,79</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/Б	150	6,23	5,63	11,12	120,19	2,76
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ)	120	9,16	11,34	10,93	183,15	12,19
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,64	1,16	2,80	27,72	0,54
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	15,79	63,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>18,02</b>	<b>18,39</b>	<b>53,36</b>	<b>455,40</b>	<b>15,49</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2012	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	60	5,50	14,12	5,12	169,79	0,52
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	0,47	2,64	18,32	0,53
2008	342	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	1,19	2,11	6,63	53,00	1,41
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,29	0,12	12,10	56,17	38,81
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>9,01</b>	<b>17,40</b>	<b>36,77</b>	<b>349,68</b>	<b>41,27</b>
<b>Всего</b>				<b>42,64</b>	<b>54,26</b>	<b>136,67</b>	<b>1 223,28</b>	<b>58,67</b>

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна

Утверждаю

заведующий

МДОУ № 11 "КОЛОКОЛЬЧИК"

/Белова Елена Николаевна/

# МЕНЮ

5 марта 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,91	7,88	20,62	173,34	0,62
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,06	5,29	32,30	188,95	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,86	4,02	15,35	114,26	0,62
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,56	4,53	0,00	55,91	0,11
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>14,58</b>	<b>17,30</b>	<b>51,39</b>	<b>422,11</b>	<b>1,35</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,12	5,65	8,29	105,91	0,95
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,12</b>	<b>5,65</b>	<b>8,29</b>	<b>105,91</b>	<b>0,95</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА М/Б	200	8,53	7,73	14,96	163,57	3,68
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ)	150	11,16	14,11	13,47	226,27	15,27
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	1,07	1,89	4,75	46,13	0,92
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,34	73,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>23,74</b>	<b>24,13</b>	<b>70,60</b>	<b>601,13</b>	<b>19,87</b>
<b>Полдник уплотненный</b>								
2012	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	70	6,41	16,32	6,16	197,36	0,59
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,67	1,07	3,19	28,28	0,37
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,33	0,14	14,37	66,25	44,00
2008	342	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	1,52	2,85	8,78	70,12	1,78
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>10,43</b>	<b>20,96</b>	<b>42,78</b>	<b>414,41</b>	<b>46,74</b>
<b>Всего</b>				<b>53,87</b>	<b>68,04</b>	<b>173,06</b>	<b>1 543,56</b>	<b>68,91</b>

Медицинская сестра



Широкова Вера Александровна