

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №156"
_____/Шадрова Е.В./

МЕНЮ
13 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ (пшено, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	5,9	7,7	22,3	183	0,7
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	40/8	2,4	6,6	14,8	128	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко пастер. 3.2% жирности, какао-порошок, сахар песок)	145	4	4,3	11,9	103	0,7
Итого			343	12,3	18,6	49	414	1,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	75	0,3	0,3	7,3	35	7,5
Итого			75	0,3	0,3	7,3	35	7,5
Обед								
2012	64	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, горох лущеный, картофель, куры потрош. 1 категории)	150	8,3	5,1	19,1	156	4,9
2008	335	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, говядина б/к, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, крупа рисовая, яйца куриные (шт.))	180	11,2	14	15	230	0,3
2012	429	СОУС (вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, лук репчатый, морковь)	50	0,6		3,3	16	0,9
2008	406	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (сахар песок, слива сушеная (чернослив))	150	0,2	0,1	10,9	46	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			570	22,9	19,6	65,3	530	6,2
Полдник								
2008		БЕЛЫЙ ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ (батон простой, повидло)	40/20	3,3	0,4	33,6	151	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	155	0,1		5,1	21	0
Итого			215	3,4	0,4	38,7	172	0
Ужин								
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 3.2% жирности, яйца куриные (шт.))	55	11,7	8,9	10,9	182	7
2008	331	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3.2% жирности)	120	3,1	4,7	19,4	132	9,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	150	0,1		5,9	24	0
Итого			325	14,9	13,6	36,2	338	16,3
Всего				53,8	52,5	196,5	1489	31,4

Повар _____