

Утверждаю

заведующий  
МБДОУ "Детский сад компенсирующего вида № 61"  
/Аникина В.Ю./



**МЕНЮ**  
19 мая 2025 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	78	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ СЛАДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная, вода питьевая)</small>	160	5,47	3,33	33,35	175,79	0,00
2001	126	КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ <small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, какао-порошок, вода питьевая)</small>	180	1,95	3,04	19,37	113,39	0,14
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>(сыр фасованный)</small>	12	2,66	3,24	0,00	39,78	0,00
2008	147	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) <small>(масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))</small>	8	0,08	6,12	0,12	55,86	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный)</small>	30	2,25	0,78	15,18	76,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>12,41</b>	<b>16,51</b>	<b>68,02</b>	<b>461,62</b>	<b>0,14</b>
<b>II Завтрак</b>								
2001	135	СОК ФРУКТОВЫЙ <small>(сок фруктовый)</small>	125	0,63	0,13	15,00	60,00	2,50
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>15,00</b>	<b>60,00</b>	<b>2,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	142	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) <small>(кукуруза консервы, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый)</small>	50	1,24	2,27	6,64	53,96	1,91
	19	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ <small>(минтай потрошенный б/г, картофель, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сушеная зелень, чеснок)</small>	200	6,70	3,60	12,15	107,74	5,83
1989	171	ЗАПЕКАНКА ВЕРМИШЕЛЕВАЯ С КУРИЦЕЙ, МАСЛОМ СЛ. <small>(куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш. сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), масло подсолнечное рафинированное)</small>	170	15,25	14,09	29,02	305,12	0,50
2008	120	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ СЛАДКИЙ <small>(курага, сахар песок, вода питьевая)</small>	180	0,66	0,04	14,36	60,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб ржаной)</small>	41	2,68	0,45	16,29	81,25	0,00
<b>Итого</b>			<b>641</b>	<b>26,53</b>	<b>20,45</b>	<b>78,46</b>	<b>609,06</b>	<b>8,24</b>
<b>Полдник</b>								
1991	102	ПЛЮШКА <small>(мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), масло подсолнечное рафинированное)</small>	50	4,86	5,86	29,57	190,12	0,10
2008	133	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер. 3,2% жирности)</small>	179	5,20	5,55	8,15	104,03	0,93
<b>Итого</b>			<b>229</b>	<b>10,06</b>	<b>11,41</b>	<b>37,72</b>	<b>294,15</b>	<b>1,03</b>
<b>Ужин</b>								
2008	41	ОВОЩНОЕ РАГУ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, томатная паста, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))</small>	190	3,54	5,53	18,78	135,31	21,77
2008	131	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,10	0,00	7,79	31,54	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный)</small>	24	1,83	0,63	12,32	62,33	0,00
<b>Итого</b>			<b>394</b>	<b>5,47</b>	<b>6,16</b>	<b>38,89</b>	<b>229,18</b>	<b>21,77</b>
<b>Всего</b>				<b>55,10</b>	<b>54,66</b>	<b>238,09</b>	<b>1 654,01</b>	<b>33,68</b>

повар

Аксель Н.А.