

Утверждаю

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



МЕНЮ
1 апреля 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		
Завтрак								
2008/	150	КАША ПШЕННАЯ НА МОЛОКЕ СЛАДКАЯ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная)	200	7,20	7,15	29,88	208,20	0,66
2012	129	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СЛАДКИЙ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,36	2,44	12,29	80,94	0,41
2008	147	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))	10	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,22	0,77	14,97	75,73	0,00
Итого			420	11,86	17,00	57,22	424,87	1,07
II Завтрак								
2008	135	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	125	0,63	0,13	15,00	60,00	2,50
Итого			125	0,63	0,13	15,00	60,00	2,50
Обед								
1991	5	СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСО/К БУЛЬОНЕ (мясо говядины на кости, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	4,56	5,24	10,00	103,40	9,97
2008	35	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ (мясо говядины на кости, лук репчатый, яйца куриные (шт.), хлеб пшеничный, масло подсолнечное рафинированное, чеснок)	70	11,45	11,35	5,98	171,60	0,38
2008	77	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная)	150	3,08	3,59	20,15	125,34	9,73
	121	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА СЛАДКИЙ (изюм, сахар песок, вода питьевая)	180	0,34	0,00	18,02	69,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	54	3,58	0,60	21,72	108,33	0,00
Итого			654	23,01	20,78	75,87	577,72	20,08
Полдник								
2012	105	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, дрожжи, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))	55	5,33	5,99	31,02	199,19	0,10
2008	134	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт питьевой)	195	5,48	4,89	7,83	408,91	0,00
Итого			250	10,81	10,88	38,85	608,10	0,10
Ужин								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	21	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
	141	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛ. (горох колотый, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))	150	12,30	3,07	30,82	192,57	0,00
2008	131	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода питьевая, сахар песок)	180	0,11	0,00	7,85	31,82	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,25	0,78	15,18	76,80	0,00
Итого			381	19,76	8,45	54,15	364,19	0,00
Всего				66,07	57,24	241,09	2 034,88	23,75

повар

Аксель Н.А.