

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 июня 2025 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	101	КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ СЛАДКАЯ С МАСЛОМ СЛ. (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная)	200	7,54	7,27	30,55	221,91	0,68
2001	127	КАКАО С МОЛОКОМ СЛАДКИЙ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,20	2,24	10,94	73,70	0,36
2008	147	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))	11	0,11	7,73	0,15	70,62	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	37	2,75	0,95	18,55	93,87	0,00
Итого			428	12,60	18,19	60,19	460,10	1,04
II Завтрак								
2008	134	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	133	4,00	3,33	5,33	67,33	0,40
Итого			133	4,00	3,33	5,33	67,33	0,40
Обед								
	19	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (минтай потрошенный б/г, картофель, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, чеснок)	210	7,06	3,82	12,75	113,66	5,98
	38	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ, МАСЛОМ СЛ. (мясо говядины на кости, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное), соль йодированная)	230	8,56	10,67	12,89	175,07	30,98
2008	135	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	200	1,00	0,20	24,00	96,00	4,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	43	2,86	0,48	17,38	86,67	0,00
Итого			683	19,48	15,17	67,02	471,40	40,96
Полдник								
2008	270	ВАФЛИ (вафли)	32	1,44	7,68	19,52	153,60	0,00
2008	131	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода питьевая, сахар песок)	180	0,09	0,00	7,93	32,09	0,00
Итого			212	1,53	7,68	27,45	185,69	0,00
Ужин								
	141	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛ. (горох колотый, масло сладко-сливочное несоленое (фасованное))	150	11,19	2,79	28,02	175,00	0,00
2008	131	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода питьевая, сахар песок)	180	0,11	0,00	8,52	34,55	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,25	0,78	15,18	76,80	0,00
Итого			360	13,55	3,57	51,72	286,35	0,00
Всего				51,16	47,94	211,71	1 470,87	42,40

повар

Аксель Н.А.