

Утверждаю

МКДОУ "Детский сад №29 "Росинка" г.Новопавловска

ИО Заведующего

/Колчина Е.В./

МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Сад 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	190	3,85	3,95	13,50	105,55	0,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный (формовой))</small>	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180/10	0,06	0,00	9,81	39,44	0,01
Итого			410	6,20	4,14	38,36	216,04	0,50
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ <small>(яблоки)</small>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ <small>(свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая)</small>	180	1,42	3,61	9,31	76,02	6,33
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(минтай б/г с/м потрошенный, лук репчатый, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)</small>	70	1,62	2,62	6,09	54,64	0,50
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	130	2,74	4,61	18,57	127,03	9,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный (формовой))</small>	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб столовый (ржано-пшеничный))</small>	27	1,76	0,23	11,28	54,25	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА <small>(повидло, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)</small>	180	0,09	0,00	23,98	96,28	0,04
Итого			612	9,54	11,23	81,78	467,43	15,87
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>(пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	160	5,40	6,35	29,43	197,01	0,34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничный (формовой))</small>	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ <small>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)</small>	180	2,73	2,15	13,51	84,96	0,46
Итого			370	10,42	8,69	57,99	353,02	0,80
Всего				26,56	24,46	187,93	1 083,49	27,17

Старший повар Старушко Старушко М.В.