

Утверждаю

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

ИО Заведующего

/Колчина Е.В./

МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Ясли 10 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,88	3,87	12,10	99,45	0,54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170/8	0,05	0,00	7,74	31,14	0,01
Итого			358	6,22	4,06	34,89	201,64	0,55
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая)	150	1,18	3,01	7,76	63,37	5,28
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (минтай б/г с/м потрошенный, лук репчатый, зелень (укроп), молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,39	2,28	5,21	47,00	0,42
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,33	3,89	15,71	107,40	7,62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб столовый (ржано-пшеничный))	21	1,41	0,19	9,01	43,34	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА (повидло, сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,07	0,00	19,99	80,23	0,04
Итого			511	7,91	9,49	67,72	388,70	13,36
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,39	5,17	23,89	160,06	0,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,01	1,59	10,02	62,92	0,34
Итого			300	7,93	6,88	43,95	270,34	0,62
Всего				22,46	20,83	156,36	907,69	24,53

Старший повар

Старушко М.В.

Старушко М.В.