

Утверждаю



ИО Заведующего  
МКОУ "Детский сад №29 "Росинка". Новопавловска  
Колчина Е.В./

# МЕНЮ

4 апреля 2025 г.  
Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,28	6,03	25,85	179,12	0,35
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (формовой))	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	170	0,17	0,17	23,72	97,76	1,70
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>7,74</b>	<b>6,39</b>	<b>64,62</b>	<b>347,93</b>	<b>2,05</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	105	3,05	2,63	4,21	55,82	0,74
<b>Итого</b>			<b>105</b>	<b>3,05</b>	<b>2,63</b>	<b>4,21</b>	<b>55,82</b>	<b>0,74</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОВЫЙ) (картофель, горох колотый, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	150	0,76	2,40	5,72	47,70	2,79
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (филе ц/б, хлеб пшеничный (формовой), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная)	50	1,03	0,36	5,04	27,61	0,06
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	60	1,32	1,70	5,64	43,82	12,49
2012	314	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	60	1,76	2,20	7,94	58,44	0,00
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))	15	0,98	0,13	6,29	30,25	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,49	0,20	13,81	68,41	60,00
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>7,87</b>	<b>7,11</b>	<b>54,48</b>	<b>323,59</b>	<b>75,34</b>
<b>Полдник</b>								
2012	470	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, маргарин сливочный, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	60	4,24	8,61	33,51	227,97	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, вода питьевая, сахар песок)	150	0,15	0,00	19,28	78,75	9,75
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>4,39</b>	<b>8,61</b>	<b>52,79</b>	<b>306,72</b>	<b>9,75</b>
<b>Всего</b>				<b>23,05</b>	<b>24,74</b>	<b>176,10</b>	<b>1 034,06</b>	<b>87,88</b>

Старший повар Старушко Старушко М.В.