

Утверждаю

и.о.заведующего
МАДОУ детский сад "Березка" с.Чащиха
_____/Долинина Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ
4 марта 2025 г.
Сад 10 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,83	2,79	15,34	98,53	0,47
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	8,90	10,13	34,49	265,03	0,48
2008		БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	32	2,40	0,93	16,45	83,84	0,00
Итого			412	14,13	13,85	66,28	447,40	0,95
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	90	0,81	0,18	7,31	38,82	54,17
Итого			90	0,81	0,18	7,31	38,82	54,17
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	60	0,83	3,94	4,87	58,10	2,28
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,07	0,07	23,04	93,47	0,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	44	2,91	0,39	18,65	89,74	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	22	1,67	0,14	10,95	51,68	0,00
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (говядина 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,57	11,18	6,69	169,48	0,08
2012	332	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная)	150	2,11	2,62	10,69	75,58	9,87
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, рыбн.консервы в масле.скупмбрия атл.бланш)	200	6,36	2,28	13,84	101,49	7,07
Итого			726	24,52	20,62	88,73	639,54	20,03
Полдник								
2008	479	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированое)	75	9,80	5,82	34,86	231,68	0,10
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			255	14,86	10,19	43,24	325,96	1,04
Всего				54,32	44,84	205,56	1 451,72	76,19