

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 августа 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	4,77	6,81	29,25	198,18	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,43	3,61	14,84	106,73	0,57
2008		БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	43	3,21	1,24	22,03	112,29	0,00
Итого			423	11,41	11,66	66,12	417,20	1,09
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	90	0,81	0,18	7,29	38,69	53,99
Итого			90	0,81	0,18	7,29	38,69	53,99
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко- сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	200/8	6,90	6,22	13,55	137,92	3,36
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	13,83	55,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	44	2,93	0,39	18,77	90,33	0,00
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАНЕ (рыба треска потрошенная обезглавленная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, сметана 20% жирности)	70	8,77	5,31	8,23	115,90	0,20
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,15	5,77	21,32	150,33	10,36
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	70	0,56	0,07	1,76	9,86	7,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	26	1,90	0,16	12,51	59,07	0,00
Итого			748	24,21	17,92	89,97	618,70	20,96
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/10	0,20	0,10	14,90	59,58	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (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 рафинированное)	75	9,63	6,33	36,71	242,81	0,10
Итого			265	9,83	6,43	51,61	302,39	0,10
Всего				46,26	36,19	214,99	1 376,98	76,14