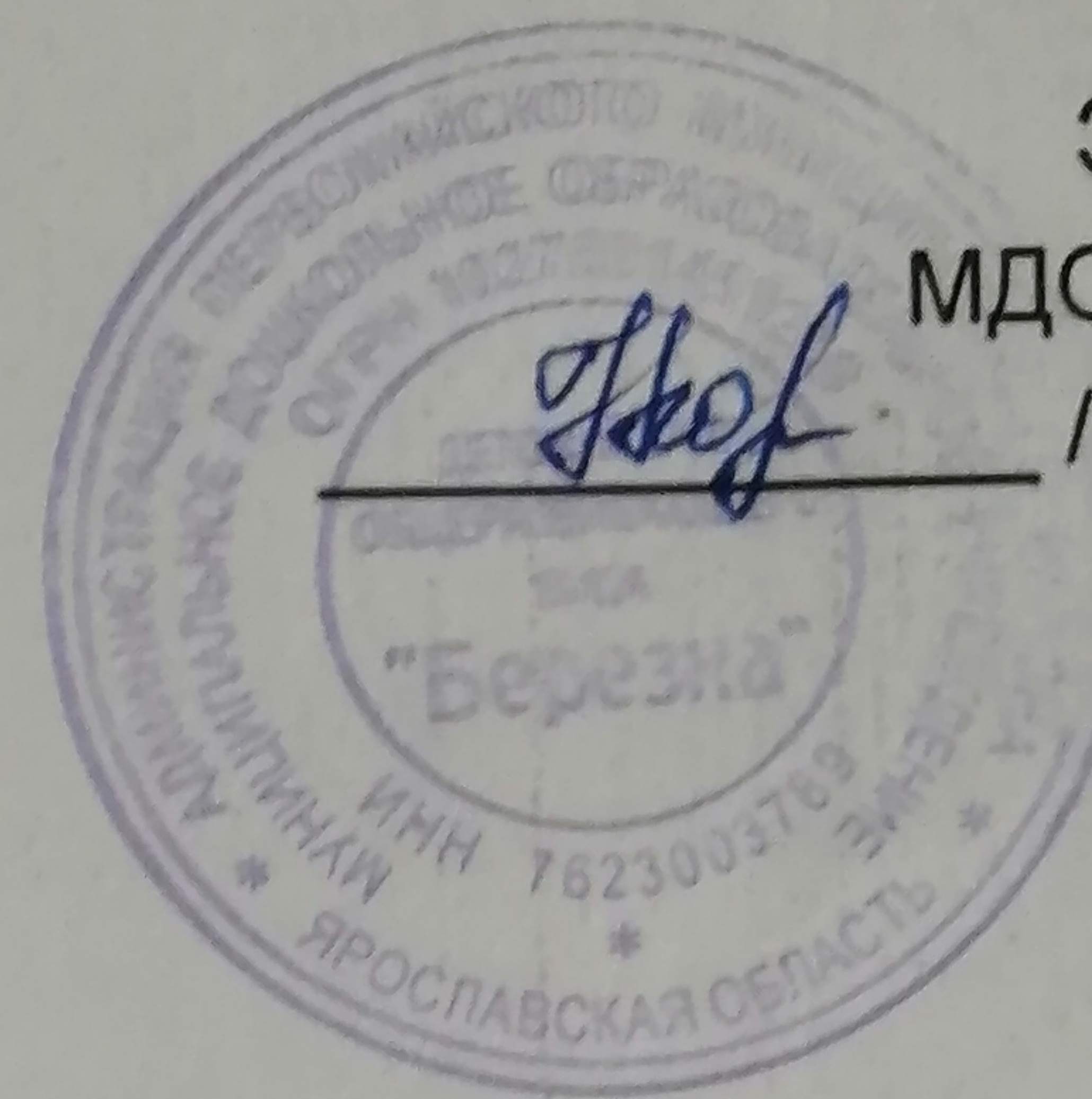






Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Березка"  
/Розина А.А./



# МЕНЮ

12 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	126	6,61	11,57	3,35	146,72	0,34
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	30	0,89	0,00	1,77	10,33	2,95
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	5,25	4,14	19,38	138,31	0,34
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	190	4,55	4,89	19,12	140,12	0,82
<b>Итого</b>			<b>396</b>	<b>17,30</b>	<b>20,60</b>	<b>43,62</b>	<b>435,48</b>	<b>4,45</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,00	0,00	11,71	46,84	0,88
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,71</b>	<b>46,84</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2010	6	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	7,85	4,89	11,81	123,26	9,21
2010	70	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	160	13,01	11,56	37,40	250,96	5,53
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНый	29	0,81	0,03	0,87	3,48	4,35
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДный	170	0,00	0,00	23,81	95,39	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,80	0,40	16,40	80,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>599</b>	<b>24,47</b>	<b>16,88</b>	<b>90,29</b>	<b>553,09</b>	<b>19,09</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,27	0,04	0,74	4,25	0,00
2010	65	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА С СОУСОМ	119/50	15,88	13,65	23,48	281,70	11,15
2008	437	НАПИТОК ЯГОДный	150	0,07	0,03	11,99	50,03	0,86
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,60	10,20	52,00	0,00
2008		ФРУКТ	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
<b>Итого</b>			<b>529</b>	<b>18,32</b>	<b>14,77</b>	<b>61,86</b>	<b>458,48</b>	<b>19,51</b>
<b>Всего</b>				<b>60,09</b>	<b>52,25</b>	<b>207,48</b>	<b>1 493,89</b>	<b>43,93</b>

Старшая медсестра

*Май*

Майкова Е.А.

Повар

*Корф*