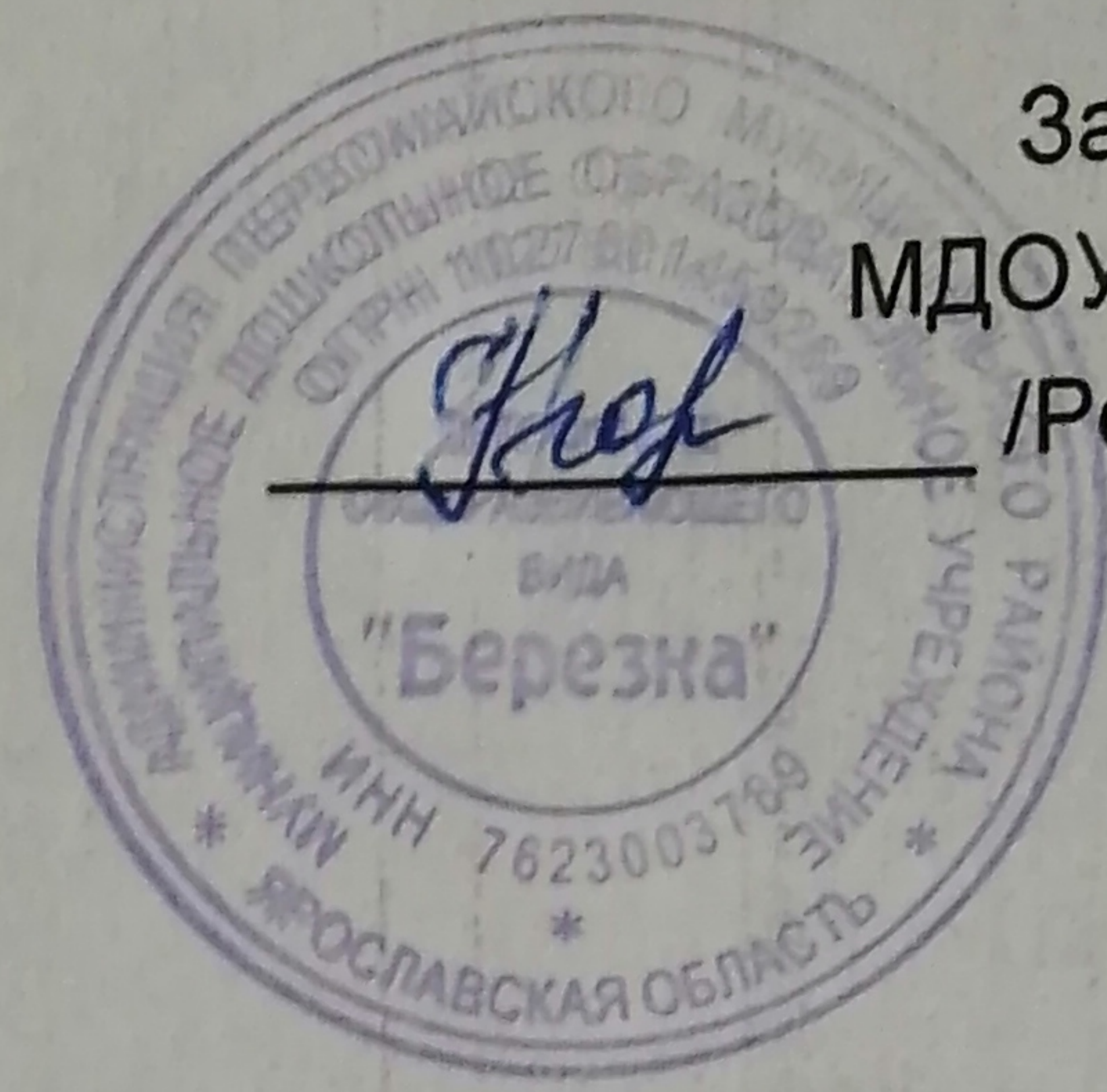


Заведующая
МДОУ "Березка"
/Розина А.А./



МЕНЮ

12 марта 2025 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	129	6,82	11,91	3,37	150,82	0,34
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	30	0,89	0,00	1,77	10,33	2,95
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	3,96	2,92	16,32	108,93	0,22
к/к*	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	4,33	4,64	17,62	130,87	0,78
Итого			359	16,00	19,47	39,08	400,95	4,29
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,00	0,00	11,74	46,95	0,00
Итого			110	0,00	0,00	11,74	46,95	0,00
Обед								
2010	6	БОРЩ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	7,08	4,24	10,58	109,27	8,22
2010	70	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	120	9,77	8,49	28,10	187,18	4,14
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	29	0,81	0,03	0,87	3,48	4,35
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150	0,00	0,00	20,90	83,68	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,10	0,30	12,30	60,00	0,00
Итого			509	19,76	13,06	72,75	443,61	16,71
Полдник								
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	100/50	14,15	12,30	20,71	251,67	9,86
2008	437	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	150	0,07	0,03	12,04	50,33	0,88
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	20	1,50	0,60	10,20	52,00	0,00
2008		ФРУКТ	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
Итого			510	16,59	13,42	59,14	428,75	18,24
Всего				52,35	45,95	182,71	1 320,26	39,24

Старшая медсестра

Майкова

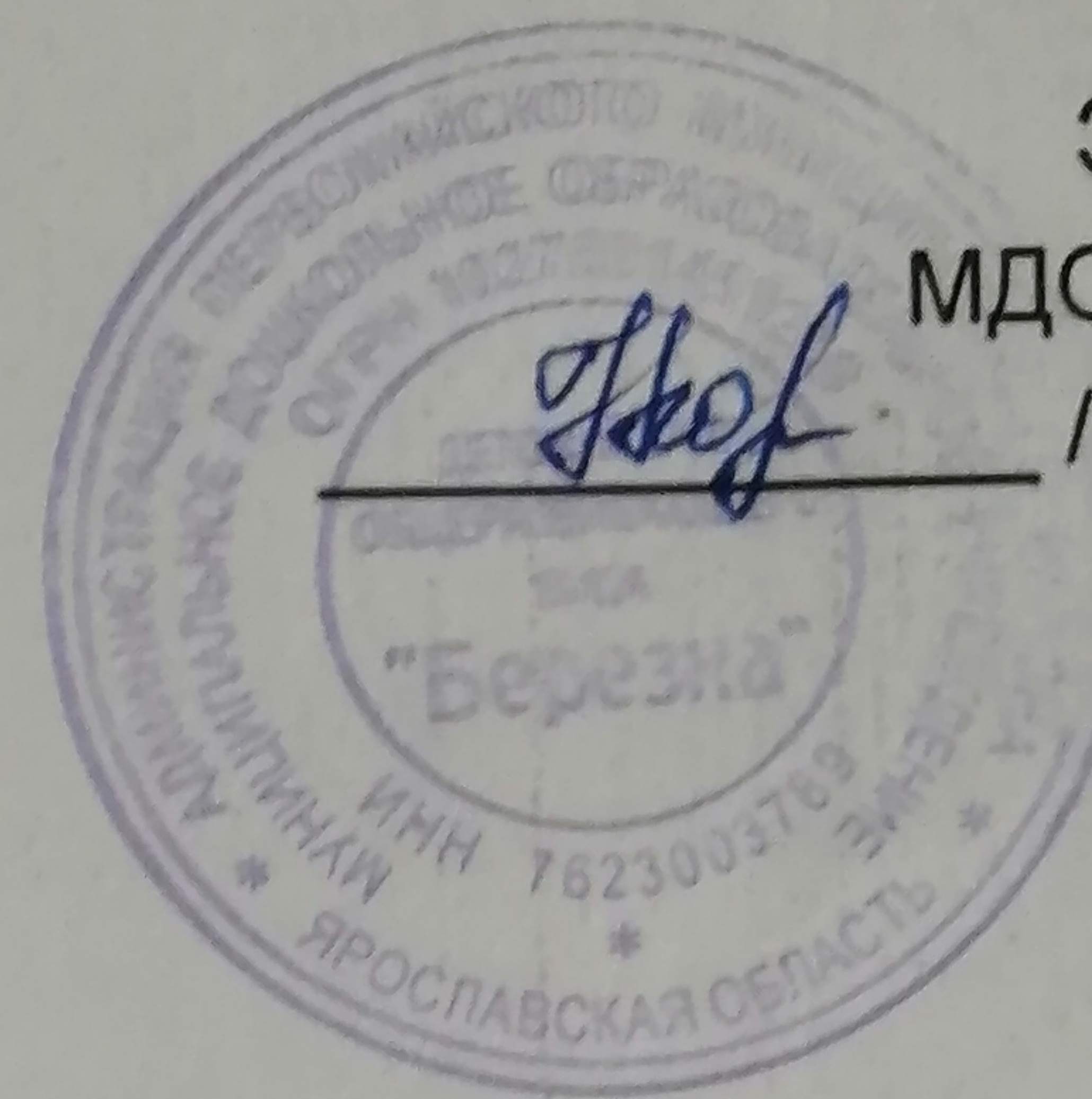
Майкова Е.А.

Повар

Копыт

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		
Завтрак								
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
Итого			396	17,30	20,60	43,62	435,48	4,45
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,00	0,00	11,71	46,84	0,88
Итого			110	0,00	0,00	11,71	46,84	0,88
Обед								
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
Итого			599	24,47	16,88	90,29	553,09	19,09
Полдник								
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
Итого			529	18,32	14,77	61,86	458,48	19,51
Всего				60,09	52,25	207,48	1 493,89	43,93

Старшая медсестра

Май

Майкова Е.А.

Повар

Корф