

Утверждаю

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



# МЕНЮ

13 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,13	5,80	14,91	80,47	0,44
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,30	4,71	15,37	110,14	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	8,80	35,79	0,02
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>6,53</b>	<b>10,51</b>	<b>39,08</b>	<b>226,40</b>	<b>0,46</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ	158	3,07	3,82	15,31	113,27	0,32
<b>Итого</b>			<b>158</b>	<b>3,07</b>	<b>3,82</b>	<b>15,31</b>	<b>113,27</b>	<b>0,32</b>
<b>Обед</b>								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	180	6,81	4,33	12,85	116,42	5,04
2017	98	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	5,43	3,42	7,34	57,38	0,10
2017	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110	2,57	4,10	15,14	100,49	2,89
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	16,51	79,19	64,83
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,10	0,30	12,30	60,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>17,40</b>	<b>12,35</b>	<b>64,14</b>	<b>413,48</b>	<b>72,86</b>
<b>Полдник</b>								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ	130	2,75	5,25	17,03	124,65	15,23
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,60	10,20	52,00	0,00
2008	437	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	150	0,06	0,03	12,09	50,23	0,78
к/к	к/к	ФРУКТ	188	0,56	0,38	21,38	88,14	18,75
<b>Итого</b>			<b>488</b>	<b>4,87</b>	<b>6,26</b>	<b>60,70</b>	<b>315,02</b>	<b>34,76</b>
<b>Всего</b>				<b>31,87</b>	<b>32,94</b>	<b>179,23</b>	<b>1 068,17</b>	<b>108,40</b>

Старшая медсестра

*Майкова Е.А.*

Майкова Е.А.

Повар

*Шоф*

Утверждаю

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



# МЕНЮ

13 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	170	4,65	6,44	16,62	89,09	0,50
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	55	3,80	5,03	25,57	159,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	8,84	35,94	0,02
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>8,55</b>	<b>11,47</b>	<b>51,03</b>	<b>284,82</b>	<b>0,52</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	КОКТЕЙЛЬ МОЛОЧНЫЙ	189	3,68	4,59	18,36	135,91	0,38
<b>Итого</b>			<b>189</b>	<b>3,68</b>	<b>4,59</b>	<b>18,36</b>	<b>135,91</b>	<b>0,38</b>
<b>Обед</b>								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200	8,03	4,99	14,15	132,46	5,66
2017	98	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	7,59	4,80	10,31	80,51	0,15
2017	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,84	4,48	16,83	110,99	3,17
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	170	0,54	0,22	18,41	88,40	72,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,80	0,40	16,40	80,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>21,80</b>	<b>14,89</b>	<b>76,10</b>	<b>492,36</b>	<b>81,58</b>
<b>Полдник</b>								
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ	161	3,37	5,28	20,90	143,31	18,71
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,25	0,90	15,30	78,00	0,00
2008	437	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	150	0,06	0,03	11,85	49,24	0,77
к/к	к/к	ФРУКТ	188	0,56	0,38	21,39	88,19	18,76
<b>Итого</b>			<b>529</b>	<b>6,24</b>	<b>6,59</b>	<b>69,44</b>	<b>358,74</b>	<b>38,24</b>
<b>Всего</b>				<b>40,27</b>	<b>37,54</b>	<b>214,93</b>	<b>1 271,83</b>	<b>120,72</b>

Старшая медсестра

*Майкова Е.А.*

Майкова Е.А.

Повар

*[Подпись повара]*