

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "ЦРР детский сад №3 Березка"
Стерхова Елена Викторовна

МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Ясли 10 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" (с маслом сливочным и сахаром)	150	4,66	7,32	21,82	172,27	0,35
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ)	32	2,41	0,20	15,83	74,69	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ,	170/8	0,04	0,00	7,53	30,26	0,01
			360	7,11	7,52	45,18	277,22	0,36
Итого								
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/3	1,30	3,33	5,89	60,61	8,73
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	63	1,45	1,27	4,92	36,81	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ)	114/4	2,42	4,23	16,42	113,70	7,98
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ)	26	2,02	0,16	13,26	62,59	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ(РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	24	1,61	0,21	10,29	49,53	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	154	0,25	0,05	28,08	113,51	0,40
			538	9,05	9,25	78,86	436,75	17,11
Итого								
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	81	1,48	4,61	14,21	104,07	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0,35	0,90	2,54	19,52	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	151	3,11	2,56	12,14	85,04	0,48
			252	4,94	8,07	28,89	208,63	0,48
Итого				21,10	24,84	152,93	922,60	17,95
Всего								

Крючкова Светлана Владимировна

Handwritten signature