

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ ЦРР детский сад №3 Березка "

Стерхова Елена Викторовна/

**МЕНЮ**  
31 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСВА ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	52	0,99	4,64	4,02	62,05	3,65
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ( ФОРМОВОЙ )	28	2,13	0,17	13,98	65,97	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	37	2,18	7,83	14,05	135,43	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ,	150/7	0,04	0,00	7,01	28,14	0,01
<b>Итого</b>			<b>314</b>	<b>10,27</b>	<b>17,10</b>	<b>39,33</b>	<b>352,51</b>	<b>3,66</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/3	1,48	3,32	9,07	73,81	6,72
2008	284	ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)соус сметанный	58/8	7,72	11,62	8,48	170,19	0,71
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ( С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ )	109	3,99	3,33	25,42	147,66	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ( ФОРМОВОЙ)	23	1,74	0,14	11,47	54,13	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ ( РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ )	26	1,75	0,23	11,20	53,90	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,76	46,99	0,00
<b>Итого</b>			<b>527</b>	<b>16,68</b>	<b>18,64</b>	<b>77,40</b>	<b>546,68</b>	<b>7,43</b>
<b>Полдник</b>								
2012	447	БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ	54	2,54	1,27	18,66	96,05	0,01
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	153	3,20	2,63	12,26	86,53	0,50
<b>Итого</b>			<b>207</b>	<b>5,74</b>	<b>3,90</b>	<b>30,92</b>	<b>182,58</b>	<b>0,51</b>
<b>Всего</b>				<b>32,69</b>	<b>39,64</b>	<b>147,65</b>	<b>1 081,77</b>	<b>11,60</b>

Крючкова Светлана Владимировна