Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "ЦРР детский сад №3 Березка "
_____ /Стерехова Елена Викторовна/

МЕНЮ

23 июля 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								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ (С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ и САХАРОМ)	190	6,07	6,26	32,75	211,94	0,38
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,22	0,18	14,60	68,89	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/10/7	0,12	0,01	10,00	41,74	1,14
Итого			416	8,41	6,45	57,35	322,57	1,52
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ	200	2,11	2,29	15,97	93,20	5,37
2012	282	КОТЛЕТЫ ГОВЯЖЬИ РУБЛЕННЫЕ	77	12,93	12,99	12,25	217,51	0,10
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	171	4,02	5,28	16,36	131,78	37,04
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,22	0,18	14,60	68,89	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2012	379	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ	180	0,24	0,01	32,51	131,80	0,09
Итого			690	23,73	21,04	105,82	711,17	42,60
Полдник								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ (С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ и САХАРОМ)	160	4,11	5,30	23,65	158,33	0,33
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,22	0,18	14,60	68,89	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	172	5,09	4,39	8,43	94,87	0,94
Итого			361	11,42	9,87	46,68	322,09	1,27
Всего				43,56	37,36	209,85	1 355,83	45,39

_____ Крючкова Светлана Владимировна