

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "ЦРР детский сад №3 Березка "

Стерхова Елена Викторовна/

МЕНЮ

24 июля 2025 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ (С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ и САХАРОМ)	190	6,15	6,30	31,98	209,46	0,39
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,37	0,19	15,61	73,68	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	18,11	88,29	72,00
Итого			401	9,11	6,73	65,70	371,43	72,39
Обед								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	2,82	4,37	12,10	101,74	4,48
2012	247	РЫБА. ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	71/70	0,88	7,39	6,87	98,33	2,43
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,74	4,57	18,58	126,82	9,01
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,37	0,19	15,61	73,68	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	170	0,00	0,00	13,12	52,47	0,00
Итого			685	11,02	16,81	80,41	521,03	15,92
Полдник								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,22	3,92	14,25	109,89	0,54
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,37	0,19	15,61	73,68	0,00
2012	394	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	8,26	33,17	0,01
Итого			361	6,63	4,11	38,12	216,74	0,55
Всего				26,76	27,65	184,23	1 109,20	88,86

Крюкова Светлана Владимировна