

Утверждаю



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

МЕНЮ

2 апреля 2025г.

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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 190 | 7,04 | 7,26 | 34,14 | 230,74 | 0,52 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 33 | 2,49 | 0,20 | 16,39 | 77,36 | 0,00 |
| 2012 | 398 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,59 | 0,24 | 18,09 | 88,17 | 71,84 |
| Итого | | | 403 | 10,12 | 7,70 | 68,62 | 396,27 | 72,36 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 86 | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ | 180 | 1,96 | 4,08 | 9,77 | 83,65 | 0,29 |
| 2012 | 304 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 168 | 2,90 | 5,19 | 27,53 | 169,07 | 1,43 |
| 2012 | 54 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 68 | 1,43 | 2,95 | 8,12 | 65,36 | 4,44 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ) | 33 | 2,49 | 0,20 | 16,39 | 77,36 | 0,00 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ(РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ) | 35 | 2,34 | 0,31 | 14,95 | 71,95 | 0,00 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) | 180 | 0,20 | 0,20 | 22,50 | 94,04 | 2,13 |
| Итого | | | 664 | 11,32 | 12,93 | 99,26 | 561,43 | 8,29 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 60 | 4,52 | 5,90 | 44,80 | 251,12 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 206 | 0,95 | 0,19 | 18,81 | 81,70 | 3,80 |
| Итого | | | 266 | 5,47 | 6,09 | 63,61 | 332,82 | 3,80 |
| Всего | | | | 26,91 | 26,72 | 231,49 | 1 290,52 | 84,45 |

С

Крючкова Светлана Владимировна