

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "ЦРР детский сад №3 Березка "

Стерхова Елена Викторовна/

МЕНЮ

2 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,58	6,97	27,24	194,51	0,41
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ)	33	2,49	0,20	16,39	77,36	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	170	0,57	0,23	15,86	78,70	69,32
Итого			353	8,64	7,40	59,49	350,57	69,73
Обед								
2012	86	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	1,67	3,48	8,32	71,22	0,23
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	64	0,86	1,91	5,64	43,24	0,00
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	112	2,72	4,70	28,46	166,98	0,00
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	68	1,42	3,06	8,08	66,11	4,41
к/к	к/к	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ (ФОРМОВОЙ)	28	2,11	0,17	13,90	65,58	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	150	0,17	0,17	19,07	79,61	1,76
Итого			602	10,94	13,75	96,19	553,93	6,40
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	174	0,87	0,17	17,56	74,75	3,48
Итого			214	3,87	4,09	47,32	241,55	3,48
Всего				23,45	25,24	203,00	1 146,05	79,61

Крючкова Светлана Владимировна