

Согласовано

МДОУ "Детский сад №7 дошкольного вида" г. Власова, Ц.



МЕНЮ

13 марта 2025 г.

Ясли 12 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 ДРУЖБА С МАСЛОМ	140	4,6	6	22,5	163	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,4	11,6	81	0,5
Итого			356	9,9	14,3	49,5	368	1
Обед								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б	150	4,8	6	7,4	103	3,5
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,5	4,5	22,7	146	11
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,7	8,9	6	134	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			520	18,6	19,8	58,9	488	15,1
Полдник								
2012	485	ПЛЮШКА	50	4,8	3,4	27,7	160	0,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			200	5,6	3,6	42,9	229	0,1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	140	14,5	13	14,3	228	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			400	16,8	13,2	41,1	346	0,4
Всего				50,9	50,9	192,4	1431	16,6



МДОУ "Детский сад №12 часов комбинированного вида"
г. Саранск, ул. Коммунальная, д. 50
Власова Т. Н./

МЕНЮ

13 марта 2025 г.

Сад 12 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 ДРУЖБА С МАСЛОМ	160	5,4	6,4	26,3	185	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8			6,6	0,1	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	12,8	86	0,5
Итого			408	11,5	16,6	59,8	436	1,1
Обед								
2008	100	СУП КУДРЯВЫЙ НА К/Б	180	5,6	8	7,4	125	3,6
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	140	3,5	4,7	20,8	140	9,8
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,4	10,7	6	152	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			620	20,8	23,8	62,2	546	14,1
Полдник								
2012	485	ПЛЮШКА	70	6	3,6	37,6	206	0,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			220	6,8	3,8	52,8	275	0,1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	160	18,4	16	18,7	288	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	21,6	16,2	52,1	437	0,4
Всего				60,7	60,4	226,9	1694	15,7