

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД №16»
_____/ГЕРАСИМОВА М. В./

МЕНЮ
7 мая 2025 г.

Сад

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	225	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ПЕЧЕНЬЕМ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	145/30	20,08	17,40	23,17	345,85	0,44
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СЛАДКИЙ	215/8	4,75	5,12	14,67	124,97	0,86
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	35/10	2,50	9,89	16,85	166,45	0,00
Итого			443	27,33	32,41	54,69	637,27	1,30
II Завтрак								
2012	399	СОК	102	0,49	0,10	9,96	42,41	0,81
Итого			102	0,49	0,10	9,96	42,41	0,81
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,34	0,04	1,08	6,02	4,30
2008	98	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	200	8,12	7,00	18,51	169,88	4,98
2012	282	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60	14,58	17,17	5,21	234,05	0,95
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,19	4,27	28,43	169,50	13,83
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,85	0,38	18,28	87,96	0,00
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,11	0,02	8,32	34,55	2,95
Итого			746	30,19	28,88	79,83	701,96	27,01
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	37	2,76	3,60	27,36	153,34	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	195	0,08	0,00	6,81	27,56	0,02
Итого			232	2,84	3,60	34,17	180,90	0,02
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,64	6,34	23,72	178,78	0,33
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	195	0,08	0,00	6,75	27,28	0,02
Итого			420	8,60	7,07	43,32	271,56	0,35
Всего				69,45	72,06	221,97	1 834,10	29,49