

**МЕНЮ**

**10 марта 2025 г.**

Сад 12 часов

Громова Е.А.

Печенкина И В.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сбор­ник рецеп­тур** | **№ техн, карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге­тическая ценность, ккал** | **Вита­мин С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле­воды, г** |
| **Завтрак** |
| 2010 | 31 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯС МАСЛОМ | 180 | 5,1 | 6,7 | 21 | 163 | 0,6 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 1,4 | 9,8 | 24,5 | 188 | 0 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 3,1 | 4,3 | 17,8 | 124 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,1 |  | 9,9 | 40 | 0 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 37 | **2,4** | 6,7 | 17,8 | 140 | 0 |
| Итого | **397** | **10,6** | **17,7** | **56,6** | **427** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 411 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 100 | 0,1 |  | 7,1 | 29 | 0 |
| Итого | **100** | **0,1** |  | **7,1** | **29** | **0** |
| **Обед** |
| 2010 | 10 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ | 180 | 7,1 | 4,9 | 17,8 | 180 | 2,4 |
| 2010 | 79 | ПЮРЕ "РОЗОВОЕ" | 130 | 2,8 | 4,3 | 15,7 | 113 | 6,9 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 70 | 11,2 | 6,2 | 6,5 | 112 | 0 |
| 2008 | 141 | РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) | 160 | 8,7 | 12,3 | 14,7 | 207 | 15,5 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ | 180 |  |  | 14 | 79 | 1,9 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,5 | 23,8 | 103 | 0 |
| Итого | **610** | **24,4** | **15,9** | **77,8** | **587** | **11,2** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 410 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,4 |  | 9,3 | 39 | 0,1 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 160 | 15,4 | 18,1 | 12,1 | 272 | 16 |
| 2008 | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | 50 | 0,9 | 2,6 | 3,8 | 57 | 0 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 0 |
| 2008 | к\к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 17,7 | 87 | 0 |
| Итого | **570** | **19,2** | **21,7** | **57,9** | **515** | **16,1** |
| Всего | **54,3** | **55,3** | **199,4** | **1558** | **27,9** |

**МЕНЮ**

**10 марта 2025 г.**

Ясли 12 часов

**Утверждаю**

Заведующий №4" Буратино" /Зимине Э.А./

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сбор­ник рецеп­тур** | **№ техн, карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге­тическая ценность, ккал** | **Вита­мин С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле­воды, г** |
| **Завтрак** |
| 2010 | 31 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯС МАСЛОМ | 150 | 4,4 | 5,3 | 17,2 | 132 | 0,5 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 150 | 2,9 | 3 | 13,4 | 95 | 0 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | **2** | 5,2 | 14,9 | 112 | 0 |
| Итого | **330** | **9,3** | **13,5** | **45,5** | **339** | *Г* т |
| **II Завтрак** |
| 2008 | К/К | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 23 | 92 | 4 |
| Итого | **200** | **1** | **0,2** | **23** | **92** | **4** |
| **Обед** |
| 2010 | 10 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ С ГОВЯДИНОЙ | 150 | 2,6 | 2 | 15,7 | 143 | 2,4 |
| 2010 | 79 | ПЮРЕ "РОЗОВОЕ" | 110 | 2,4 | 3,8 | 14,3 | 102 | 6,4 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 60 | 3,3 | 4,2 | 4 | 99 | 0 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ ЧЁРНОЙ СМОРОДИНЫ | 150 |  |  | 11,6 | 66 | 1,6 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 19 | 82 | 0 |
| Итого | **510** | **10,9** | **10,4** | 64,6 | **492** | **10,4** |
| **Уплотненный полдник** |
| 2008 | 410 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 130 | 0,3 |  | 7,2 | 31 | 0,1 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 140 | 13,7 | 16,1 | 10,5 | 240 | 14 |
| 2008 | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | 40 | 0,6 | 1,7 | 3,6 | 49 |  |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,1 |  | 6,6 | 27 | 0 |
| 2008 | К\К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,9 | 0,8 | 14,8 | 73 | 0 |
| Итого | **485** | **16,6** | 18,6 | **42,7** | **420** | **14,1** |
| Всего | **37,8** | **42,7** | **175,8** | **1343** | **29** |

Громова Е.А.

Печенкина И.В.

