



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 12 "Буратино"

/Гурьева Елена Викторовна/

МЕНЮ

23 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

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	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,01	4,54	0,27	61,98	0,00
2012	168	КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА"	200	6,80	8,15	38,33	254,70	0,57
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
Итого			450	14,12	13,59	63,31	433,08	0,57
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	143	0,42	0,28	22,59	97,00	1,14
Итого			143	0,42	0,28	22,59	97,00	1,14
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,38	4,00	5,19	62,96	11,13
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,44	22,88	2,49	253,94	0,48
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,91	4,87	19,74	134,82	9,59
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,18	0,16	13,49	57,34	1,87
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,00
Итого			640	15,89	32,27	52,79	568,46	23,07
Полдник								
2012	401	КЕФИР 3,2%	143	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	450	ОЛАДЫИ С ИЗЮМОМ	130	7,26	10,32	45,91	306,16	0,26
Итого			273	7,26	10,32	45,91	306,16	0,26
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,73	2,96	4,26	46,49	2,00
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	14,93	4,73	2,02	110,71	0,62
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,65	2,79	10,15	77,05	0,49
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	7,92	39,60	0,00
2008		БАТОН	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
Итого			450	23,80	12,54	57,24	440,95	11,11
Всего				61,49	69,00	241,84	1 845,65	36,15

повар _____ Касаткина Евгения Вячеславовна

повар _____ Сивакова Наталья Семеновна