

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 12 "Буратино"

/Гурьева Елена Викторовна/

МЕНЮ 25 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	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	110	18,91	15,44	21,06	298,78	0,00
2012		СЫР	20	4,50	5,72	0,00	70,62	0,06
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,00	2,63	6,61	54,35	0,14
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,10	4,19	12,56	105,38	0,70
2008		БАТОН	40	3,16	1,23	20,57	106,31	0,00
Итого			400	31,67	29,21	60,80	635,44	0,90
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	127	0,37	0,24	20,08	86,22	1,02
Итого			127	0,37	0,24	20,08	86,22	1,02
Обед								
2008	37	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,74	1,09	3,58	27,92	8,54
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,85	3,20	10,87	84,59	3,18
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	23,70	28,75	3,89	368,83	0,97
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,29	5,91	32,94	213,74	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,69	38,77	0,03
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,84	0,33	11,03	55,16	0,00
Итого			708	36,42	39,28	72,00	789,01	12,72
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	70	0,28	0,28	6,86	32,90	7,00
2012	401	КЕФИР 3,2%	175	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БАТОН	30	2,37	0,92	15,42	79,72	0,00
Итого			275	2,65	1,20	22,28	112,62	7,00
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	138	12,99	22,63	2,35	265,07	0,18
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	1,78	3,14	10,74	79,36	5,38
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,16	0,00	10,00	40,60	0,03
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,23	0,22	7,36	36,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,58	0,62	10,28	53,16	0,00
Итого			518	17,74	26,61	40,73	474,99	5,59
Всего				88,85	96,54	215,89	2 098,28	27,23

повар _____ Касаткина Евгения Вячеславовна

повар _____ Сивакова Наталья Семеновна