

Утверждаю

Заведующая
МДОУ №21 "ЛАСТОЧКА"

_____/Тихонова С.В./

МЕНЮ 17 июня 2025 г.

ЯСЛИ

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (*крупя ячневая, *вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,34	6,46	18,51	150,16	0,49
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон нарезной)	37	2,78	1,08	19,06	97,16	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (*молоко пастер. 3,2% жирности, *какао-порошок, *сахар песок)	150	3,80	3,95	12,83	103,29	0,61
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,84	0,06	52,98	0,00
Итого			374	10,96	17,33	50,46	403,59	1,10
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	107	0,43	0,43	10,50	50,34	10,71
Итого			107	0,43	0,43	10,50	50,34	10,71
Обед								
2012	81	СУП ГОРОХОВЫЙ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, *вода питьевая, *горох лущеный, *говядина 1 категории, *соль йодированная)	180	10,92	6,95	17,07	174,71	4,07
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупя гречневая ядрица, *вода питьевая, *соль йодированная, *масло сладко-сливочное несоленое)	120	6,83	5,54	31,02	201,26	0,00
2010	62	*ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (*говяжья печень, *морковь, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, *яйца куриные (шт.), *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное)	60	11,11	9,05	4,93	157,33	7,41
2010	84	*СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (*вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, *томатная паста, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль йодированная, *лавровый лист)	30	0,37	0,69	2,41	17,63	0,69
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ (*смородина черная, *вода питьевая, *сахар песок, *крахмал картофельный)	150	0,17	0,06	23,64	96,75	12,61
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (*хлеб ржаной)	37	2,43	0,32	15,54	74,79	0,00
Итого			577	31,83	22,61	94,61	722,47	24,78
Ужин								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *крупя манная, *сухари панировочные, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	160	8,67	11,36	66,40	402,67	0,46
2012	435	ЧАЙ (*вода питьевая, *чай черный байховый)	150	0,08	0,00	0,17	1,00	0,02
Итого			310	8,75	11,36	66,57	403,67	0,48
Всего				51,97	51,73	222,14	1 580,07	37,07

старшая мед.сестра _____ Выхватыв Н.В.