

Согласовано

Заведующий

МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»

Латфуллина Г.М.

МЕНЮ

21 октября 2025

для детей с 3 до 7 лет

САД 10 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

2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30\5	4.06	6	14	123.5	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5.22	5.22	30.96	89.7	0.8
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	4.06		24.4	146	0.8
Итого			415	16.26	21.64	69.36	359.2	1.6

II завтрак

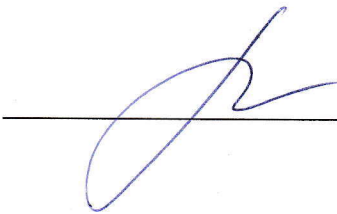
2008		ЙОГУРТ	180		6.72	8.4	89.8	0.7
Итого			180		6.72	8.4	89.8	0.7

Обед

2012		УХА	200	6.8	2	11	90.36	3.6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	180	21.8	19.04	17.4	297	12.2
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	1.8	0	17.46	115.3	2.8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2012	33	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60	0.86	3.65	5.2	56.34	6
Итого			650	33.18	25.17	64.24	628.6	24.6

Полдник

к\к	к\к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ	150	10.2	10.39	29.6	168.6	0.2
2008	368	СЛАДКИЙ СОУС	250	11.2	4.2	8	58.5	0
Итого			380	11.418	14.59	47.104	269.4	0.2
Всего				66.948	68.12	194.104	1347	27.1


 Попова Г.С.