

Согласовано
Заведующий
МДОУ Красногорский детский сад «СКАЗКА»
Латфуллина Г.М

МЕНЮ

22 октября 2025
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	93	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	6.98	10.42	24.0	149.15	0.5
2012		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30%6	6.06	8	15.62	140.21	0.2
2012	395	ККОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.44	1.26	2.16	69.24	0.5
Итого			421	14.48	19.68	42.18	358.6	1.2

II завтрак

2008	442	СОК	180	0.1	0	12	89.65	2.2
Итого			180	0.1	0	12	89.65	2.2

Обед

2008	76	СВЕКОЛЬНИК НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4.22	16.5	13.77	155.15	6
2012	259	ГУЛЯШ	70	7.86	2.34	17.64	109.3	2.2
2008	376	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0.54	0.018	14.372	41.8	0.1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		0.48	13.36	69.6	0
2008	331	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130			9.52	135.7	10.1
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5.3		5.02	116	10.8
Итого			670	22.11	18.538	73.682	627.55	29.2

Полдник

2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.018	0	9.504	42.3	0
2008		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	30		3.45	0.21	47.1	0
2008	192	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	80	3.76	3.92	37.84	179.55	0.6
Итого			260	6.958	7.37	47.554	268.95	0.6
Всего				45.558	45.588	175.416	1344.75	33.2

Попова Г.С.