

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

МЕНЮ

27 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

2008		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	200	4.9	5.3	21.9	194.6	0
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	3.6	6	14.3	125.9	0
к\к	к\к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0	0	9.9	39.5	0
Итого			421	8.5	11.3	48.1	360	0

II завтрак

2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.1	0	12	90	2.1
Итого			180	0.1	0	12	90	2.1

Обед

2008	83	ЩИ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	7.6	5.8	8.6	182.7	4.8
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	180	8.2	14.6	36.6	190.06	1.3
к\к	к\к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.64	0.48	13.36	69.6	0
2008	402	КОМПОТ С КУРАГОЙ	180	1.8	0	17.46	71.64	0
2008		СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	5.3	6.5	0.91	116	0.2
Итого			664	25.5	27.38	46.93	630	6.3

Полдник

к\к	к\к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0.02	0	9.504	36	0.1
2012	447	БЛИНЫ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	200	15	16.7	88.7	234	1
Итого			380	15	17.7	98.2	270	1.1
Всего				49.1	54.85	233.23	1350	9.5

Попова Г.С.