

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

МЕНЮ
29 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

2008	189	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	3.92	4.48	18.20	143.4	0.5
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30\5\6	2.72	4.59	15.67	125.9	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.58	1.40	12.52	89.70	0.5
Итого			421	8.22	10.47	46.39	359	1

II завтрак

2008		СОК	180	0.50	0.10	10.10	89.75	0.7
Итого			180	0.50	0.10	10.10	89.75	0.7

Обед

2008	92	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ	200	7.06	9.22	19.48	111.25	3.7
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	180	5.16	4.64	31.42	158.40	0.2
2012		КУРЫ ОТВАРНЫЕ	30	14.88	16.46	4.07	132.70	0
2012	349	СОУС	180	0.54	0.018	14.372	41	29.4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2.64	0.48	13.36	69.6	4.4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ		1.8	0	17.46	115.3	
Итого			650	32.08	30.818	100.162	628.25	37.7

Полдник

2012	93	КАША РИСОВАЯ	200	6.98	10.42	24.4	149.15	0.2
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.20	0.06	10.04	78.40	0
к\к	к\к	кондитерское изделие	20	1.28	1.12	32.44	41.7	0.5
Итого			400	8.46	11.6	66.9	269.25	0.7
Всего				46.26	52.98	233.552	1346.25	40.1

Попова Г.С.