

Утверждаю

И.о. заведующего
МБДОУ "Детский сад № 9 "Журавлик" станции Марьинской
Галалеева Н.Л./



МЕНЮ

20 марта 2025 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	185	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯННЫХ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И САХАРОМ	150	4,49	6,81	21,06	163,79	0,32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,56	0,13	10,28	48,51	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,04	0,00	8,12	32,63	0,01
Итого			357	6,09	6,94	39,46	244,93	0,33
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	150/3	1,10	3,38	5,12	56,90	7,21
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	1,24	2,18	3,34	38,11	0,44
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	99	1,84	3,88	14,88	101,96	7,51
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,41	0,19	9,03	43,45	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,56	0,13	10,28	48,51	0,00
2012	379	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	153	0,01	0,00	23,51	94,05	12,00
Итого			496	7,16	9,76	66,16	382,98	27,16
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	151	3,13	2,58	12,29	85,84	0,48
Итого			201	3,13	2,58	12,29	85,84	0,48
Всего				16,78	19,68	127,71	760,75	37,97

Утверждаю

И.о. заведующего
МБДОУ "Детский сад № 9 "Журавлик" станицы Марьинской
Талалуева Н.Л./



МЕНЮ
20 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	185	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС	190	5,11	7,14	22,32	174,41	0,42
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,28	0,18	14,97	70,65	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,04	0,00	8,11	32,62	0,01
Итого			408	7,43	7,32	45,40	277,68	0,43
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	1,31	3,96	6,00	66,59	8,48
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	1,75	3,10	4,68	53,83	0,60
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	117	2,21	4,61	17,85	121,98	9,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,95	0,16	12,86	60,68	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,76	0,23	11,30	54,36	0,00
2012	379	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	184	0,01	0,00	28,19	112,74	15,60
Итого			604	8,99	12,06	80,88	470,18	33,69
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	202	4,18	3,44	16,43	114,67	0,64
Итого			252	4,18	3,44	16,43	114,67	0,64
Всего				21,00	23,22	152,51	909,53	44,76

