

Утверждаю

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



МЕНЮ

31 марта 2025 г.

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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,95	4,48	0,27	61,12	0,00
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	22	0,17	0,02	0,37	2,84	1,09
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	59	1,13	5,28	4,57	70,57	4,15
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,34	0,19	15,37	72,52	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,30	9,26	15,52	154,74	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,04	0,00	8,98	36,10	0,01
Итого			402	10,93	19,23	45,08	397,89	5,25
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	100	2,89	2,49	3,99	52,89	0,70
Итого			100	2,89	2,49	3,99	52,89	0,70
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,61	4,09	10,27	86,44	6,42
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	9,19	11,35	8,43	172,54	0,52
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	134	5,15	4,66	32,86	194,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,76	0,23	11,26	54,19	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,95	0,16	12,81	60,43	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,94	55,73	19,60
Итого			617	19,66	20,49	89,57	623,49	26,54
Полдник								
2008		ВАФЛИ	50	1,41	1,66	38,83	177,82	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10/7	0,13	0,01	10,51	43,80	1,19
Итого			257	1,54	1,67	49,34	221,62	1,19
Всего				35,02	43,88	187,98	1 295,89	33,68

Утверждаю

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



МЕНЮ
31 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								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	91	8,21	12,74	1,98	155,40	0,17
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,56	2,64	2,28	35,29	2,08
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,30	9,26	15,52	154,74	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,56	0,13	10,25	48,39	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,06	0,00	8,16	32,85	0,01
Итого			368	12,69	24,77	38,19	426,67	2,26
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	100	2,89	2,50	3,99	52,90	0,70
Итого			100	2,89	2,50	3,99	52,90	0,70
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/3	1,14	3,39	7,47	66,83	4,85
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	50	6,54	7,84	6,01	120,63	0,37
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	113	4,36	3,92	27,82	164,18	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,56	0,13	10,25	48,39	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,41	0,19	9,02	43,38	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,62	46,44	12,00
Итого			507	15,01	15,47	72,19	489,85	17,22
Полдник								
2008		ВАФЛИ	50	1,41	1,66	38,83	177,82	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/10/7	0,12	0,01	9,32	38,86	1,05
Итого			217	1,53	1,67	48,15	216,68	1,05
Всего				32,12	44,41	162,52	1 186,10	21,23