

Утверждаю

заведующий
МБДОУ ПМОСО "Боровлянский детский сад"
Климова Екатерина Ивановна

МЕНЮ
5 марта 2025 г.
Сад 10 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6.95	8.11	34.61	241.89	1.29
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	145	2.09	1.80	17.86	96.48	0.72
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	10/10	0.43	0.64	4.85	20.85	0.55
Итого			365	9.47	10.55	57.32	359.22	2.56
II Завтрак								
	ТК № 006	БАНАН	150	2.30	0.80	31.50	144.00	6.00
Итого			150	2.30	0.80	31.50	144.00	6.00
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	2.28	1.91	9.67	64.96	2.32
2008	238	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	12.32	3.96	0.00	83.61	0.00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	20	0.95	4.02	3.94	56.21	0.00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	35	2.42	4.21	15.83	109.98	3.90
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	200	0.00	0.00	29.96	119.82	0.00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНЫЙ	8/20	2.67	0.32	17.07	82.67	0.00
Итого			563	20.64	14.42	76.47	517.25	6.22
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	8.69	14.35	1.64	170.51	0.00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0.20	0.10	14.63	58.50	0.00
2008		ПРЯНИКИ	50	2.86	2.28	36.38	177.51	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.48	0.12	9.74	45.94	0.00
Итого			355	13.23	16.85	62.39	452.46	0.00
Всего				45.64	42.62	227.68	1 472.93	14.78