

Утверждаю

заведующий

МБДОУ ПМОСО "Боровлянский детский сад"
Климова Екатерина Ивановна



МЕНЮ

5 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	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	180/5	4.63	4.99	31.42	187.50	0.19
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	105/12	1.54	1.33	13.21	71.36	0.53
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	10/10	0.28	0.99	5.06	30.36	1.84
Итого			322	6.45	7.31	49.69	289.22	2.56
II Завтрак								
		БАНАН	200	3.00	1.00	42.00	160.00	8.00
Итого			200	3.00	1.00	42.00	160.00	8.00
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	1.98	6.99	7.07	99.12	1.77
2008	238	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	70	11.31	3.64	0.00	76.76	0.00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	20	0.96	4.07	4.00	56.98	0.00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	35	2.39	4.16	15.63	108.57	3.85
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	150	0.00	0.00	27.55	110.15	0.00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНЫЙ	6/14	2.28	0.27	14.61	70.76	0.00
Итого			475	18.92	19.13	68.86	522.34	5.62
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	7.84	12.26	2.03	149.01	0.09
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0.20	0.10	14.64	58.57	0.00
2008		ПРЯНИКИ	30	1.72	1.37	21.83	106.51	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1.02	0.09	6.69	31.58	0.00
Итого			324	10.78	13.82	45.19	345.67	0.09
Всего				39.15	41.26	205.74	1 317.23	16.27