

Утверждаю

заведующий  
МБДОУ ПМОСО "Боровлянский детский сад"  
Климова Екатерина Ивановна



# МЕНЮ

7 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	5.69	5.83	19.65	152.20	0.22
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	145	2.09	1.80	17.86	96.48	0.72
2012	3	БУТЕРБРОД С маслом	5/10	0.43	0.88	1.27	8.76	0.00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>8.21</b>	<b>8.51</b>	<b>38.78</b>	<b>257.44</b>	<b>0.94</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	157	0.63	0.63	15.41	73.88	15.72
<b>Итого</b>			<b>157</b>	<b>0.63</b>	<b>0.63</b>	<b>15.41</b>	<b>73.88</b>	<b>15.72</b>
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	50	0.87	5.61	4.02	70.77	2.36
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6.63	6.97	10.52	131.33	5.40
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ	140	3.53	9.63	20.44	181.90	9.63
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0.16	0.16	15.13	63.72	1.71
		ХЛЕБ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНЫЙ	7/16	2.00	0.24	12.80	62.00	0.00
<b>Итого</b>			<b>543</b>	<b>13.19</b>	<b>22.61</b>	<b>62.91</b>	<b>509.72</b>	<b>19.10</b>
<b>Полдник</b>								
2012	415	КАША РИСОВАЯ	180	4.35	5.68	28.05	179.10	0.22
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	3.02	3.15	16.15	103.31	0.30
2008		печенье	24	1.82	2.38	18.07	101.27	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1.16	0.10	7.65	36.09	0.00
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>10.35</b>	<b>11.31</b>	<b>69.92</b>	<b>419.77</b>	<b>0.52</b>
<b>Всего</b>				<b>32.38</b>	<b>43.06</b>	<b>187.02</b>	<b>1 260.81</b>	<b>36.28</b>



# МЕНЮ

6 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5.93	8.00	26.74	203.01	0.49
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1.75	1.78	18.40	95.70	0.13
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С маслом	15	0.43	3.30	2.68	42.12	0.00
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>8.11</b>	<b>13.08</b>	<b>47.82</b>	<b>340.83</b>	<b>0.62</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН	35	0.53	0.18	7.35	33.60	3.50
<b>Итого</b>			<b>35</b>	<b>0.53</b>	<b>0.18</b>	<b>7.35</b>	<b>33.60</b>	<b>3.50</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2.64	3.44	11.44	87.20	9.60
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ	80	20.21	20.47	3.99	280.62	1.29
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0.28	1.16	1.34	17.17	0.66
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.54	6.92	38.76	251.47	0.00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.63	0.27	21.96	92.70	180.00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНЫЙ	7/20	2.67	0.32	17.07	82.67	0.00
<b>Итого</b>			<b>687</b>	<b>34.97</b>	<b>32.58</b>	<b>94.56</b>	<b>811.83</b>	<b>191.55</b>
<b>Полдник</b>								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4.56	3.92	17.35	123.94	0.80
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0.20	0.10	14.63	58.50	0.00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.48	0.12	9.74	45.94	0.00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>6.24</b>	<b>4.14</b>	<b>41.72</b>	<b>228.38</b>	<b>0.80</b>
<b>Всего</b>				<b>49.85</b>	<b>49.98</b>	<b>191.45</b>	<b>1 414.64</b>	<b>196.47</b>