

Утверждаю

МБДОУ ГМОСО "Боровлянский детский сад"
 Климова Екатерина Ивановна/

заведующий

МЕНЮ
 10 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	8.13	9.02	38.77	269.46	1.27
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.11	2.67	14.11	93.35	0.56
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	5/7	0.34	3.38	2.09	40.11	0.00
Итого			412	11.58	15.07	54.97	402.92	1.83
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	124	0.75	0.15	14.85	64.50	3.00
Итого			124	0.75	0.15	14.85	64.50	3.00
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	2.64	4.02	9.92	85.61	8.00
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	80	10.40	9.56	4.85	144.14	1.39
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	5.25	4.50	29.92	181.96	0.00
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	45	0.37	1.03	2.52	20.96	0.48
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.63	0.27	21.96	92.70	180.00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНЫЙ	10/32	2.67	0.32	17.07	82.67	0.00
Итого			692	21.96	19.70	86.24	608.04	189.87
Полдник								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	115	1.37	5.93	10.84	102.67	29.66
2012	482	БУЛОЧКА ДЕРЕВЕНСКАЯ	100/80	7.51	9.10	45.02	291.03	0.08
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0.22	0.11	16.13	64.50	0.00
Итого			510	9.10	15.14	71.99	458.20	29.74
Всего				43.39	50.06	228.05	1 533.66	224.44