|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | заведующий | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | МБДОУ "Детский сад "Алёнушка" | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Чуманова Юлия Александровна/ | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **4 апреля 2025 г.** | | | | | | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Ясли 10, 5 часов** | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-** **ник** **реце-** **птур** | **№** **техн.** **карты** | **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | | **Химический состав** | | | | | **Энерге-** **тическая** **цен-** **ность,** **ккал** | **Вита-** **мин С,** **мг** |  |
| **Белки, г** | | **Жиры, г** | | **Угле-** **воды, г** |  |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | | | | 150 | | | 5,19 | | 7,28 | | 21,65 | 173,51 | 0,62 |  |
| (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок) | | | |  |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 150 | | | 3,64 | | 3,07 | | 12,69 | 93,92 | 0,62 |  |
| (какао-порошок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ.СОРТ | | | | 30 | | | 2,29 | | 0,19 | | 15,05 | 71,05 | 0,00 |  |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) | | | |  |
| 2012 |  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | | | 1,19 | | 1,52 | | 0,00 | 18,75 | 0,04 |  |
| (сыр голландский ) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **335** | | | **12,31** | | **12,06** | | **49,39** | **357,23** | **1,28** |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | | | | 100 | | | 0,50 | | 0,10 | | 9,90 | 43,00 | 2,00 |  |
| (сок яблочный) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **100** | | | **0,50** | | **0,10** | | **9,90** | **43,00** | **2,00** |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2012 |  | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) | | | | 40 | | | 0,98 | | 2,23 | | 3,80 | 39,23 | 1,59 |  |
| (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый) | | | |  |
| 2008 | 99 | СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | | | | 150/5 | | | 6,82 | | 7,27 | | 12,39 | 144,68 | 2,53 |  |
| (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко- сливочное несоленое, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, сметана 15% жирности, говядина б/к) | | | |  |
| 2008 | 282 | РУЛЕТ ИЗ КУРИЦЫ С ЯЙЦОМ И ЛУКОМ | | | | 100 | | | 13,29 | | 20,48 | | 10,75 | 280,32 | 0,77 |  |
| (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничный высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лук репчатый) | | | |  |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(ВИТ. С) | | | | 150 | | | 0,00 | | 0,00 | | 6,99 | 27,95 | 14,00 |  |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ УРОЖАЙНЫЙ | | | | 30 | | | 1,99 | | 0,26 | | 12,72 | 61,19 | 0,00 |  |
| (хлеб урожайный) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **475** | | | **23,08** | | **30,24** | | **46,65** | **553,37** | **18,89** |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 2008 | 235 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО- РУССКИ | | | | 150 | | | 13,23 | | 9,90 | | 11,10 | 187,34 | 5,48 |  |
| (рыба минтай филе, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сыр голландский , соль йодированная, морковь, лук репчатый) | | | |  |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ.СОРТ | | | | 30 | | | 2,29 | | 0,19 | | 15,05 | 71,05 | 0,00 |  |
| (хлеб пшеничный высш.сорт) | | | |  |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 150 | | | 0,00 | | 0,00 | | 17,49 | 69,96 | 0,00 |  |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая) | | | |  |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ | | | | 16 | | | 1,17 | | 1,52 | | 11,57 | 64,84 | 0,00 |  |
| (печенье ) | | | |  |
| **Итого** | | | | | | **346** | | | **16,69** | | **11,61** | | **55,21** | **393,19** | **5,48** |  |
| **Всего** | | | | | | | | | **52,58** | | **54,01** | | **161,15** | **1 346,79** | **27,65** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| диетсестра | | | |  |  |  | Козлова Валентина Анатольевна | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.