|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **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-сливочноенесоленое, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахарпесок) |  |
| 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, сахарпесок) |  |
| 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 подсолнечноерафинированое, соль йодированная, сметана 15% жирности, говядинаб/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, маслосладко-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, водапитьевая) |  |
| 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, сырголландский , 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 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.