

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 16
/Е.А.Василенкова/**МЕНЮ**
11 июня 2025 г.

Сад 12 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	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,03	5,08	0,05	46,02	0,00
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода , масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	9,74	11,27	31,95	269,70	1,22
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода)	180	4,52	3,75	13,82	108,12	0,80
2008		БАТОН САДКО (батон садко)	46	3,45	1,33	23,64	120,52	0,00
Итого			432	17,74	21,43	69,46	544,36	2,02
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода)	100	0,43	0,17	17,65	81,93	56,70
Итого			100	0,43	0,17	17,65	81,93	56,70
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (соль йодированная, морковь, вода , картофель, лавровый лист, капуста белокочанная, лук репчатый, мясо бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, укроп сухой, петрушка сухая)	200/6	8,13	7,89	16,63	170,89	15,31
2010	58	ГРЕЧА С КУРОЙ И ОВОЩАМИ (мясо бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, соль йодированная, лук репчатый, лавровый лист, крупа гречневая ядрица, масло подсолнечное рафинированное, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	140	13,45	18,59	23,56	315,45	1,35
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ(ИЗЮМ) (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода)	180	0,22	0,05	18,00	73,70	0,00
2008	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ РЫБИНСКИЙ (хлеб рыбинский)	49	3,26	0,43	20,87	100,41	0,00
Итого			575	25,06	26,96	79,06	660,45	16,66
Полдник								
2012	271	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (рыба горбуша потрошенная без головы, батон садко, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	95	24,34	12,95	13,17	266,03	1,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода , соль йодированная)	50	1,48	4,89	4,97	69,77	0,17
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы)	17	0,50	0,03	1,06	6,49	0,67
2012	393	ЧАЙ (чай черный байховый, сахар песок, вода)	180/6	0,04	0,00	5,89	23,68	0,01
2008		БАТОН САДКО (батон садко)	32	2,40	0,93	16,45	83,84	0,00
Итого			380	28,76	18,80	41,54	449,81	1,85
Всего				71,99	67,36	207,71	1 736,55	77,23

ст.медсестра _____ А.Г.Наместникова

повар _____ А.Е. Гусева