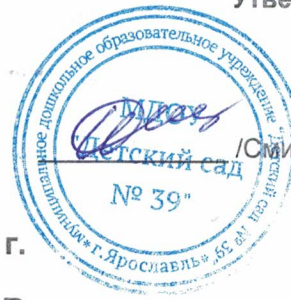


Утверждаю

заведующий

МДОУ №39

Смирнова Ирина Сергеевна/



МЕНЮ

26 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая цен-ность, ккал | Вита-мин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|---------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 36 | КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная) | 150 | 4,6 | 2,9 | 17,9 | 117 | 0,6 |
| 2010 | ТТК | БАТОН ПРОСТОЙ (батон простой) | 30 | 2,3 | 0,3 | 14,3 | 69 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое) | 5 | 0,1 | 4,2 | 0,1 | 38 | 0 |
| 1994 | 642 | КАКАО НА МОЛОКЕ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 4,1 | 3,5 | 16,7 | 116 | 0,7 |
| Итого | | | 365 | 11,1 | 10,9 | 49 | 340 | 1,3 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 103 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК" (снежок 2,5% жирности) | 150 | 4,1 | 3,8 | 16,3 | 120 | 0 |
| Итого | | | 150 | 4,1 | 3,8 | 16,3 | 120 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1994 | 148 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (куры потрош. 1 категории, макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, петрушка (зелень)) | 180 | 5,6 | 6 | 11,3 | 122 | 1,2 |
| 2015 | 234 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба минтай филе, батон простой, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное) | 60 | 10 | 4 | 8,5 | 110 | 0,3 |
| 2010 | 33 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 120 | 2,7 | 4,1 | 18 | 120 | 8,7 |
| 2015 | 75 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная) | 30 | 0,7 | 1,3 | 4,3 | 31 | 1,7 |
| 2010 | 90 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 150 | | | 9 | 36 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79 | 0 |
| Итого | | | 580 | 21,5 | 15,8 | 67,6 | 498 | 11,9 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2004 | 486 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ (капуста белокочанная, свинина мясная, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, томатная паста, вода питьевая) | 200/30 | 16,1 | 42 | 21,2 | 525 | 16,2 |
| 2010 | ТТК | БАТОН ПРОСТОЙ (батон простой) | 25 | 1,9 | 0,3 | 12 | 59 | 0 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 150 | 0,1 | | 9,1 | 37 | 0 |
| Итого | | | 405 | 18,1 | 42,3 | 42,3 | 621 | 16,2 |
| Всего | | | | 54,8 | 72,8 | 175,2 | 1579 | 29,4 |

о.с.е. И.И.

