

Утверждаю

руководитель СПДС "Красная Шапочка"

Маханек И.Г. /Маханек И.Г./

МЕНЮ 28.04.2025

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белк и, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	166	ПЛОВ С ОВОЩАМИ	180	4,5	8,5	34,3	232	8,8
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,2		10,2	42	1
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	9,2	15,1	153	0
Итого			445	12,2	22,3	59,9	490	9,8
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	7,2	21,8	16,9	294	7,2
2008	272	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	70	18,3	24,3	17,1	359	0,3
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,5	8,9	33,3	234	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	1,8	9,9	9,6	135	2,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,6	0,3	29,5	131	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			835	39,1	65,7	138,2	1301	12,3
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	190	5,7	1,9	8	76	0,95
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого			230	6,5	2,9	31,2	182	0,95
Ужин								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ, ПШЕНИЧНАЯ, ЖИДКАЯ	200	7,9	13,4	36,7	299	0,8
2008	411	КИСЕЛЬ	180			25,1	101	0
2008		ЯБЛОКО	130	0,6	0,6	14,7	70	15
Итого			510	8,5	14	76,5	470	15,8
Всего				66,3	104,9	305,8	2443	38,85

Утверждаю
руководителя СПДС "Красная Шапочка"
И.Г.И. /



МЕНЮ **28.04.2025**

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	6,8	14	28,7	267	0,8
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	4,7	4,1	20,8	139	0,7
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/5	3,7	11,6	10,1	160	0,1
Итого			335	15,2	29,7	59,6	566	1,6
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,8	10,1	9,8	133	1,5
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	5,1	21,7	11,6	266	11,6
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР В СМЕТАННОМ СОУСЕ	55/30	25	29,6	18,5	443	1,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,5	9,9	19,9	181	9,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			9,7	39	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ*	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			705	38,7	71,9	106,2	1231	23,6
Полдник								
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,9	2,4	14,6	92	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	42	0
Итого			160	3,7	3,4	22	134	0,5
Ужин								
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	55	19,6	18,9	18	319	0,6
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	4,2	9,1	15,9	161	14,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,7	0,2	19,7	87	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170	0,9	0,2	16,8	73	3,4
Итого			440	26,4	28,4	70,4	640	18,8
Всего				84	133,4	258,2	2571	44,5