

Утверждаю
 МДОУ «Детский сад № 1
 «Теремок» Заведующий
 МДОУ "Детский сад № 1 "Теремок"
 152240, Ярославль / Антипина Н. Ю. /
 г. Гаврилов-Ям, ул. Луначарского, д. 17
 Телефон: 8 (48534) 2-48-47, 2-00-66

МЕНЮ

12 марта 2025 г.

Сад 10 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,68	1,03	18,34	93,47	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,75	4,98	20,07	145,33	0,83
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,13	8,08	22,11	190,67	0,75
Итого			426	14,66	22,39	60,62	504,47	1,58
II Завтрак								
		СНЕЖОК	145	3,66	3,52	15,47	108,32	0,00
Итого			145	3,66	3,52	15,47	108,32	0,00
Обед								
2002	4	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	205	7,28	9,53	11,07	162,36	4,92
2008	283	КОТЛЕТЫ ИЗ КУРЬ	75/35	12,80	15,05	9,89	226,05	0,82
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	175	0,00	0,00	11,51	46,02	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	3,15	3,87	9,80	88,27	27,67
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	19	0,21	0,04	0,72	4,56	4,75
Итого			704	26,09	28,84	59,95	608,84	38,16
Полдник								
1994		Рыба (филе) тушённая в томате с овощами	100	6,62	5,10	2,59	83,31	1,47
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,93	0,74	13,20	67,27	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5	0,08	0,00	11,67	46,99	0,02
Итого			311	8,63	5,84	27,46	197,57	1,49
Всего				53,04	60,59	163,50	1 419,20	41,23

повар _____

Шиткова Е.И.