

Утверждаю  
МДОУ «Детский сад № 1  
«Теремок» Заведующий  
ОГРН 1027601070980  
МДОУ "Детский сад №1" Теремок  
152240, Ярославская обл./Антипина Н.Ю.  
г. Гаврилов-Ям, ул. Муначарского, д. 17  
Телефон: 8 (48534) 2-48-47, 2-00-66

# МЕНЮ

15 мая 2025 г.

## Сад 10 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|----------------------|
|                               |                     |                                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                      |
| Завтрак                       |                     |                                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                      |
| 2008                          | 190                 | КАША "ДРУЖБА"                                                   | 200   | 5,70              | 6,51    | 20,85            | 165,80                                   | 0,7                  |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                  | 10    | 2,62              | 2,67    | 0,00             | 35,08                                    | 0,0                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                      | 180   | 4,68              | 4,95    | 19,56            | 142,72                                   | 0,8                  |
| 2008                          |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                               | 38    | 2,84              | 1,10    | 19,46            | 99,19                                    | 0,0                  |
| Итого                         |                     |                                                                 | 428   | 15,84             | 15,23   | 59,87            | 442,79                                   | 1,6                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                      |
| 2008                          |                     | БАНАН СВЕЖИЙ                                                    | 104   | 1,56              | 0,52    | 21,77            | 99,52                                    | 10,3                 |
| Итого                         |                     |                                                                 | 104   | 1,56              | 0,52    | 21,77            | 99,52                                    | 10,3                 |
| Обед                          |                     |                                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                      |
| 2008                          | 88                  | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 190   | 5,29              | 6,01    | 8,00             | 110,93                                   | 5,5                  |
| 2008                          | 258                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                                             | 220   | 11,61             | 12,31   | 21,76            | 244,57                                   | 10,8                 |
| 2012                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД                                           | 175   | 0,06              | 0,02    | 11,73            | 48,45                                    | 0,7                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                     | 41    | 2,70              | 0,36    | 17,26            | 83,04                                    | 0,0                  |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ                                                  | 2     | 0,17              | 0,02    | 0,38             | 2,83                                     | 1,1                  |
| Итого                         |                     |                                                                 | 628   | 19,83             | 18,72   | 59,13            | 489,82                                   | 18,2                 |
| Полдник                       |                     |                                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                      |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО<br>СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ                    | 110   | 21,53             | 13,31   | 26,67            | 317,99                                   | 0,12                 |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                   | 180   | 2,55              | 2,78    | 13,83            | 91,27                                    | 0,47                 |
| Итого                         |                     |                                                                 | 290   | 24,08             | 16,09   | 40,50            | 409,26                                   | 0,59                 |
| Всего                         |                     |                                                                 |       | 61,31             | 50,56   | 181,27           | 1 441,39                                 | 30,89                |

повар \_\_\_\_\_

Шиткова Е.И.