

Утверждаю

МДОУ «Детский сад №3 «Теремок»
 МДОУ «Детский сад №1 "Теремок"
 ИНН 7403005400 КПП 7403001000
 152240, Ярославская область,
 г. Гаурилов-Ям, ул. Луначарского, д. 17
 Телефон: 8 (48534) 2-40-47, 2-00-66

МЕНЮ
 26 февраля 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	35	2,64	1,02	18,12	92,36	0,00
	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,71	4,95	19,83	143,89	0,80
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,90	7,79	20,92	182,25	0,70
Итого			425	14,35	22,06	58,97	493,50	1,50
II Завтрак								
2008		БАНАН	68	1,02	0,34	14,33	65,52	6,80
Итого			68	1,02	0,34	14,33	65,52	6,80
Обед								
2002	4	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,05	9,07	10,89	156,28	4,80
2008	283	КОТЛЕТА КУРИННАЯ	75/35	12,23	15,14	8,86	220,53	0,80
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,67	0,04	17,94	75,29	0,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,58	0,34	16,53	79,54	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	3,13	4,32	9,69	91,97	27,80
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	18	0,19	0,04	0,67	4,22	4,30
Итого			702	25,85	28,95	64,58	627,83	38,10
Полдник								
1994		Рыба (филе) тушённая в томате с овощами	100	6,60	5,23	2,45	83,91	1,30
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	165/5	0,05	0,00	11,49	46,07	0,00
Итого			295	8,53	5,96	26,79	195,48	1,40
Всего				49,75	57,31	164,67	1 382,33	47,90

повар _____

Шиткова Е.И.