

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад № 53"
ГБОУ СОШ №26 г.Сызрани
_____ /Мишанина О.А./

МЕНЮ

17 апреля 2023 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	98	СУП МОЛОЧНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.))	150	4	5	14	185	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	160	2,4	2,4	11,9	79	0,4
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	50	2,8	1,1	26,9	128	0
Итого			360	9,2	8,5	52,8	392	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, говядина 1 категории, вода питьевая, соль йодированная)	150	4,8	4,3	12,2	106	3,9
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ С ТОМАТОМ (капуста белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста)	125/15	12,4	12,1	9,8	199	14
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40				69	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,5	0,1	23,8	98	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	28	2,2	0,2	14,3	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	34	2,2	0,3	14,3	69	0
Итого			542	22,1	17	74,4	608	17,9
Полдник								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) (творог 9,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	80/30	12,3	10,3	16,4	210	0,2
2008		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (снежок)	150	12	7,7	20,4	208	0
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ (яблоки)	117				52	6
Итого			377	24,3	18	36,8	470	6,2
Всего				56,6	43,7	183,8	1556	28,5

Старшая медсестра _____ Нугаева Д.Ш.