

Согласовано

Заведующий

МБДОУ №25

_____/Семина М.С./

МЕНЮ

23 марта 2026 г.

Сад 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,7	8,5	26,7	214	0,3
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,3	0,9	15,8	81	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	76	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,5	14,1	113	0,3
Итого			420	14,3	22,2	56,7	484	0,6
II Завтрак								
2012	399	СОК	100	0,5	0,1	9,9	42	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,9	42	0,8
Обед								
2012	109	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ	180	3,6	5,6	1,1	70	0,6
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,7	3,8	29,6	171	0
2008	314	КОТЛЕТА ИЗ КУР	70	12,2	14,6	1,7	186	0,8
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,7	3,3	2,9	45	2,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		13	54	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,4	19,5	94	0
Итого			640	24,5	27,7	67,8	620	4,1
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	4	30,1	169	0
2008		ЙОГУРТ	180	5,1	4,5	8,2	103	1,3
Итого			220	8,1	8,5	38,3	272	1,3
Ужин								
2012	447	БЛИНЧИКИ	150	7,1	10,7	38,3	278	0,3
2008		ВАРЕНЬЕ	35	0,1	0,1	25	97	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
Итого			385	7,3	10,8	71,3	407	0,7
Всего				54,7	69,3	244	1825	7,5
