

Согласовано

Заведующий

МБДОУ №25

_____/Семина М.С./

МЕНЮ

30 января 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,2	8,6	27,1	214	0,4
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,5	1	16,8	86	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		7,9	0,1	72	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	4,1	13,8	109	0,7
Итого			420	13,5	21,6	57,8	481	1,1
II Завтрак								
2012	399	СОК	100	0,5	0,1	10,1	43	0,8
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	0,8
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И КУРОЙ	180	5	5,3	12,2	117	5,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,2	4	21,7	136	10,4
2008	314	КОТЛЕТА ИЗ КУР	70	10,6	13	1,5	165	0,7
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5	3,2	3,6	46	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		12,6	52	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3	0,4	19	91	0
Итого			645	22,6	25,9	70,6	607	17,8
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	1	1,1	26,7	122	0
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		12,8	53	1,2
Итого			230	1,1	1,1	39,5	175	1,2
Ужин								
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ В МОЛОКЕ	200	6,9	7,6	27,5	207	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8	32	0
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,3	0,9	15,7	80	0
Итого			430	9,3	8,5	51,2	319	0,4
Всего				47	57,2	229,2	1625	21,3
