

Согласовано

директор

МОУ НШД/С №13 "Улыбка"

директор Юдина Татьяна Аркадьевна/

МЕНЮ

31 марта 2025 г.

3-7 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	150/5	3,00	4,40	18,30	122,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	11,50	45,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,10	0,80	14,10	73,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00
Итого				5,30	13,50	44,00	315,00
II Завтрак							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого				1,00	0,20	20,20	92,00
Обед							
2008		ОВОЩИ ПОРЦИОННО	20	0,20	0,00	0,50	3,00
2008	75	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	240/10	2,00	3,90	11,70	92,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	1,10	7,50	6,20	94,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	95	2,20	5,70	21,90	145,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,10	0,00	17,10	69,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,70	0,40	17,00	82,00
Итого				8,30	17,50	74,40	485,00
Полдник							
2008	444	ОЛАДЬИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ	80/30	10,80	10,30	50,30	334,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/14	0,10	0,00	13,80	55,00
Итого				10,90	10,30	64,10	389,00
Всего				25,50	41,50	202,70	1 281,00

повар _____

