

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

1 день, 1-я неделя, 2025 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								
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	4,46	6,59	31,09	139,72	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	7,48	7,99	40,39	206,89	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,68	3,28	11,04	76,06	0,46
Итого			410	15,62	17,86	82,52	422,67	0,98
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	57	ЩИ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	8,00	12,55	15,89	200,39	14,37
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15,03	16,03	20,99	294,53	15,57
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,00	0,00	10,82	27,25	12,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,90	0,24	19,07	89,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,41	0,07	2,07	10,78	0,00
Итого			625	27,34	28,89	68,84	622,94	41,94
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	159,80	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,82	27,25	0,00
Итого			230	1,77	1,41	29,32	187,05	0,00
Ужин								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	1,60	0,05	6,64	26,05	0,96
2012	203	КУЛЕШ	150	6,28	8,76	30,17	200,74	1,17
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,82	27,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,41	0,07	2,07	10,78	0,00
Итого			425	8,29	7,88	45,70	264,82	2,13
Всего			1790	53,52	57,14	240,28	1 780,48	47,05

медицинская сестра

Мягих Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

2 день, 1-я неделя, 2025 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								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	50	4,03	0,37	46,29	160,89	0,02
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,59	8,74	25,83	186,83	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,67	5,17	11,69	77,51	0,46
Итого			410	12,29	14,28	83,81	425,23	1,00
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,23	0,10	10,06	46,37	28,00
Итого			100	0,23	0,10	10,06	46,37	28,00
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	8,17	9,47	34,47	154,04	5,16
2008	155	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	14,50	14,85	20,81	344,61	10,10
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,07	0,05	22,24	87,50	0,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,98	0,24	19,57	92,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,39	0,07	1,97	10,26	0,00
Итого			625	26,11	19,68	99,06	688,77	15,46
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2008	430	РЯЖЕНКА	200	5,05	6,49	5,88	175,51	0,17
Итого			230	7,30	9,43	28,20	300,61	0,17
Ужин								
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	3,44	5,82	26,66	161,15	5,01
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,39	0,07	1,97	10,26	0,00
Итого			425	3,83	5,89	35,41	198,50	5,01
Всего			1790	50,76	56,38	256,54	1759,48	49,64

медицинская сестра _____ Мягих Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

3 день, 1-я неделя, 2025 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								
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,50	5,56	21,36	140,73	0,00
2012	417	КАША ПШЕННАЯ	180	6,08	9,15	39,68	207,84	0,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			410	9,58	15,71	67,82	375,66	0,50
II Завтрак								
2012	385	ЯБЛОКИ	100	0,34	0,34	8,36	40,12	5,52
Итого			100	0,34	0,34	8,36	40,12	5,52
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	6,48	10,05	24,93	190,60	5,51
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	10,78	9,28	8,08	184,53	1,29
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,81	4,48	18,52	155,99	8,92
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	12,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	0,24	19,15	90,39	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,39	0,07	1,97	10,26	0,00
Итого			625	23,37	24,12	79,43	650,57	27,72
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	1,99	23,19	106,20	2,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			230	0,84	1,99	29,97	133,29	0,00
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ ИЛИ ВАРЕНЬЕМ	200	21,39	13,54	31,04	333,58	9,44
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,39	0,07	1,97	10,26	0,00
Итого			425	21,78	13,61	39,79	370,93	9,44
Всего			1790	55,91	55,77	255,37	1770,57	45,18

медицинская сестра

Мягих Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

4 день, 1-я неделя, 2025 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								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	50	2,46	0,30	33,32	106,02	0,03
2012	416	КАША МАННАЯ	180	5,08	6,61	35,17	180,20	0,51
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,64	2,24	10,95	75,28	0,46
Итого			410	10,18	9,15	79,44	361,50	1,00
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,30	0,13	11,12	52,52	36,63
Итого			100	0,30	0,13	11,12	52,52	36,63
Обед								
2008	83	БОРЩ	180	8,24	10,64	19,13	206,61	17,93
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60	11,04	12,73	6,75	290,61	8,64
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	140	5,35	2,65	44,21	182,25	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,09	0,09	10,93	37,34	0,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,92	0,32	25,78	121,65	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,36	0,06	1,80	9,39	0,00
Итого			625	29,00	26,49	108,60	847,85	27,45
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	3,34	2,33	25,57	129,07	0,00
2008		ЙОГУРТ	200	5,39	4,82	8,69	108,86	1,35
Итого			230	8,73	7,15	34,26	237,93	1,35
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	13,87	17,08	8,08	221,68	0,27
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,83	27,29	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,36	0,06	1,80	9,39	0,00
Итого			425	14,23	17,14	11,71	258,36	0,27
Всего			1790	62,44	60,06	250,13	1 758,16	56,70

медицинская сестра

Мягих Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово
/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

5 день, 1-я неделя, 2025 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								
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	2,52	4,47	15,34	111,93	0,00
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	7,32	8,68	32,37	237,46	0,50
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,52	2,10	11,26	74,71	0,45
Итого			410	12,36	15,25	58,97	424,10	0,95
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	100	0,10	0,01	10,00	42,33	10,76
Итого			100	0,10	0,01	10,00	42,33	10,76
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	9,28	11,00	24,77	235,76	7,11
2008	265	ПЛОВ	200	22,00	28,85	38,59	462,52	1,63
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,06	0,04	20,92	82,66	12,15
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,87	0,31	25,46	120,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,36	0,07	1,85	9,61	0,00
Итого			625	35,57	40,27	111,59	910,71	8,89
Полдник								
2008		ЗЕФИР	30	0,04	0,04	39,93	160,31	5,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,81	27,24	0,00
Итого			230	0,04	0,04	46,74	187,55	5,00
Ужин								
2008	41	САЛАТ ИЗ ЛУКА	50	0,93	4,91	5,45	70,21	2,75
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	5,01	5,33	20,21	149,56	6,89
2008	442	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,81	27,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,36	0,07	1,85	9,61	0,00
Итого			425	6,30	10,31	34,32	256,64	9,64
Всего			1790	54,37	65,88	261,62	1 821,33	48,24

медицинская сестра

Мягких Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

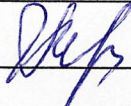
/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

6 день, 2-я неделя, 2025 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								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	50	5,03	0,37	36,29	120,89	0,02
2012	415	КАША РИСОВАЯ	180	6,78	10,66	30,72	202,37	0,50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			410	11,81	11,03	73,79	350,35	0,52
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,49	0,10	9,70	42,14	5,96
Итого			100	0,49	0,10	9,70	42,14	5,96
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	8,33	10,89	27,26	165,74	5,50
2008	259	ГУЛЯШ	60	18,63	27,97	13,49	273,45	0,78
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,02	3,49	19,69	122,56	9,47
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,77	27,05	12,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,26	20,78	98,08	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,41	0,08	2,09	10,89	0,00
Итого			625	33,55	42,69	92,08	697,77	25,75
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	32,50	109,80	0,00
2008	435	ВАРЕНЕЦ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			230	1,77	1,41	32,50	109,80	0,00
Ужин								
2012	42	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	50	0,87	0,07	10,21	37,76	5,07
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	150	2,67	4,24	15,90	112,80	5,34
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	8,77	27,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,41	0,08	2,09	10,89	0,00
Итого			425	3,95	4,39	36,97	188,50	11,41
Всего			1790	51,57	59,62	255,04	1788,56	48,64

медицинская сестра  Мягих Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий
МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово
/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ 7 день, 2-я неделя, 2025 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								
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,62	8,60	22,08	144,51	0,00
2008	184	КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,34	10,65	34,14	187,28	1,22
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,68	2,28	11,06	76,09	0,47
Итого			410	11,64	21,53	67,28	407,88	1,69
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,26	0,11	10,54	49,07	31,68
Итого			100	0,26	0,11	10,54	49,07	31,68
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК	180	7,20	12,68	20,00	238,93	6,26
2008	288	ШНИЦЕЛЬ	60	11,71	12,39	9,28	218,90	1,33
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	140	13,34	3,36	27,88	195,21	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,08	0,00	22,46	90,09	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,36	0,27	22,12	104,39	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,45	0,08	2,26	11,80	0,00
Итого			625	36,14	28,78	104,00	859,32	7,63
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,81	0,96	32,49	103,01	0,00
2008	435	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,82	27,27	0,00
Итого			230	0,81	0,96	39,31	130,28	0,00
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,50	6,38	28,38	228,45	23,53
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,82	27,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,45	0,08	2,26	11,80	0,00
Итого			425	3,95	6,46	37,46	267,50	23,53
Всего			1790	52,80	57,84	258,59	1 784,05	64,53

медицинская сестра _____ Мягких Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово
/Колбина Раиса Алексеевна/**МЕНЮ**
8 день, 2-я неделя, 2025 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								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	50	2,16	0,26	29,43	88,92	0,02
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	5,51	5,45	29,70	189,50	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,64	2,16	14,61	77,03	0,46
Итого			410	10,31	7,87	73,74	355,45	1,08
II Завтрак								
2012	385	ЯБЛОКИ	100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Итого			100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Обед								
2012	77	СУП СВЕКОЛЬНИК	180	6,51	18,54	15,75	166,14	7,88
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	11,09	4,51	8,81	220,88	1,34
2012	321	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР	130	3,58	3,01	20,34	140,89	16,70
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,78	37,09	12,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,29	0,05	1,49	7,74	0,00
Итого			625	24,52	26,36	73,24	667,47	37,92
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2008	435	СНЕЖОК	200	6,73	6,22	10,41	99,54	1,39
Итого			230	8,98	9,16	32,73	224,64	1,39
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	18,41	13,42	24,80	257,21	2,21
2012	350	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	50	1,01	2,65	18,50	52,95	0,13
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,78	30,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,29	0,05	1,49	7,74	0,00
Итого			425	19,71	16,12	51,57	347,99	2,34
Всего			1790	60,86	59,85	247,64	1785,67	46,25

медицинская сестра

Мягких Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий
МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово
/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ
9 день, 2-я неделя, 2025 г. для
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								
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	50	3,20	4,53	19,50	131,71	0,00
2008	187	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,43	6,62	29,78	156,93	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			410	7,63	11,15	56,06	315,73	0,52
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,23	0,10	10,06	46,37	28,00
Итого			100	0,23	0,10	10,06	46,37	28,00
Обед								
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	180	7,97	8,41	56,36	174,61	13,17
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	10,95	10,24	14,26	265,72	8,69
2008	210	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	140	5,35	2,63	34,21	182,07	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,09	0,09	8,88	37,12	0,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,00	0,24	19,76	93,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,29	0,05	1,49	7,78	0,00
Итого			625	27,65	21,66	134,96	760,55	22,74
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	35	2,58	1,80	38,24	199,81	0,00
2008	435	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,78	27,11	0,00
Итого			235	2,58	1,80	45,02	226,92	0,00
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	13,53	15,70	2,54	205,81	0,21
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,29	0,05	1,49	7,78	0,00
Итого			425	13,82	15,75	10,81	240,68	0,21
Всего			1795	51,91	50,46	256,91	1790,25	51,47

медицинская сестра _____ Мягких Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ**10 день, 2-я неделя, 2025 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								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	50	2,36	0,29	30,65	94,83	5,02
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	180	8,23	12,53	24,77	197,30	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	8,65	2,16	11,31	75,88	0,46
Итого			410	19,24	14,98	66,73	368,01	6,00
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	100	0,10	0,01	10,25	39,32	10,74
Итого			100	0,10	0,01	10,25	39,32	10,74
Обед								
2008	111	СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	19,23	17,37	33,44	197,74	9,23
2008	260	АЗУ	200	10,09	24,55	25,25	318,42	12,07
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,09	0,06	24,35	95,71	10,23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,09	0,25	20,35	96,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,44	0,08	2,21	11,52	0,00
Итого			625	32,94	42,31	105,60	719,42	31,53
Полдник								
2008		ЗЕФИР	30	0,03	0,03	34,57	198,65	5,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,17	24,66	0,00
Итого			230	0,03	0,03	40,74	223,31	5,00
Ужин								
2012	339	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	0,99	0,07	8,05	36,70	2,73
2008	107	СУП ХАРЧО	150	1,23	3,55	20,05	177,58	1,53
2008	442	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	6,17	24,68	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,44	0,08	2,21	11,52	0,00
Итого			425	2,66	3,70	36,48	250,48	4,26
Всего			1790	54,97	61,03	259,80	1 800,54	49,53

медицинская сестра _____ Мягих Ирина Михайловна

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 429266879323966142570402220816736768122427021654

Владелец Колбина Раиса Алексеевна

Действителен с 26.05.2024 по 26.05.2025