

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

1 день, 1-я неделя, 2025 г.

Если 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	40	2,71	5,47	16,49	117,13	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,84	7,64	37,04	187,76	0,46
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,34	3,00	10,51	69,88	0,41
Итого			340	9,89	16,11	64,04	374,77	0,87
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	150	6,84	10,54	11,04	186,14	10,71
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	12,06	10,47	24,81	224,74	15,54
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	10,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,17	0,18	14,30	67,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,33	0,06	1,67	8,70	0,00
Итого			510	21,40	21,25	58,60	514,16	36,25
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	159,80	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			200	1,77	1,41	29,28	186,89	0,00
Ужин								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,49	0,04	4,50	20,73	0,76
2012	203	КУЛЕШ	120	5,66	4,58	21,33	186,18	1,13
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,33	0,06	1,67	8,70	0,00
Итого			360	6,48	4,68	34,28	242,70	1,89
Всего			1510	40,04	44,55	196,10	1 361,52	41,01

медицинская сестра _____ Мягих Ирина Михайловна

2 день, 1-я неделя, 2025 г.

Если 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	40	2,31	0,28	31,85	99,36	0,02
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,86	7,44	22,69	168,59	0,46
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,39	1,94	11,03	71,67	0,42
Итого			340	10,56	9,66	65,57	339,62	0,90
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,22	0,10	9,79	45,16	27,27
Итого			100	0,22	0,10	9,79	45,16	27,27
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	8,09	8,63	13,95	144,16	4,89
2008	155	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160	10,51	10,76	19,11	256,97	9,24
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,07	0,05	21,46	84,41	0,20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,32	0,06	1,59	8,30	0,00
Итого			510	21,21	18,68	70,71	562,73	14,33
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА	170	3,56	4,07	5,15	86,27	0,37
Итого			200	5,81	7,01	27,47	211,37	0,37
Ужин								
2012	86	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	160	2,36	4,98	16,14	141,25	4,74
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,60	26,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,32	0,06	1,59	8,30	0,00
Итого			360	2,68	5,04	24,33	175,93	4,74
Всего			1510	40,48	43,49	197,87	1 374,81	47,61

медицинская сестра _____ Мягих Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

3 день, 1-я неделя, 2025 г.

Ясли 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,72	4,47	16,56	117,45	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,24	6,77	25,84	185,86	0,45
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,60	26,38	0,00
Итого			340	7,96	11,24	49,00	329,69	0,45
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	150	6,30	7,25	23,35	166,38	4,74
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	8,98	8,37	6,31	191,98	1,20
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,64	3,51	16,98	110,46	8,13
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,60	26,38	10,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,18	0,18	14,37	67,82	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,32	0,06	1,59	8,30	0,00
Итого			510	20,42	19,37	69,20	571,32	24,07
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	33,19	106,20	5,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,00	0,00	6,60	26,38	0,00
Итого			200	0,84	0,99	39,79	132,58	5,00
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ ИЛИ ВАРЕНЬЕМ	150	15,76	10,09	20,49	237,84	5,27
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,60	26,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,32	0,06	1,59	8,30	0,00
Итого			350	16,08	10,15	28,68	272,52	0,27
Всего			1400	45,64	42,09	195,03	1 346,23	39,31

медицинская сестра _____ Мягих Ирина Михайловна



Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

4 день, 1-я неделя, 2025 г.

Если 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	40	1,86	0,22	19,66	88,21	0,03
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,50	6,59	32,99	169,22	0,46
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,37	2,01	10,84	71,45	0,41
Итого			340	8,73	8,82	63,49	328,88	0,90
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,28	0,12	10,67	50,09	33,84
Итого			100	0,28	0,12	10,67	50,09	33,84
Обед								
2008	83	БОРЩ	150	7,04	8,34	16,05	168,25	13,96
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50	8,23	8,35	4,87	136,95	6,52
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	4,85	2,41	31,05	165,52	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,09	0,09	8,82	36,97	0,89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,21	16,98	80,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,25	0,05	1,28	6,69	0,00
Итого			510	23,04	19,45	79,05	594,53	21,37
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	3,01	2,10	21,23	116,26	0,00
2008		ЙОГУРТ	170	3,66	3,27	5,90	73,90	0,92
Итого			200	6,67	5,37	27,13	190,16	0,92
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	11,19	13,06	2,65	173,20	0,24
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,70	26,78	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,25	0,05	1,28	6,69	0,00
Итого			360	11,44	13,11	10,63	206,67	0,24
Всего			1510	50,16	46,87	190,97	1 370,33	47,27

медицинская сестра

Мягих Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

5 день, 1-я неделя, 2025 г.

Ясли 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	40	1,98	4,37	12,01	95,41	0,00
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	7,00	7,39	21,66	173,69	0,45
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,24	1,88	10,59	68,75	0,40
Итого			340	11,22	13,64	44,26	337,85	0,85
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	100	0,09	0,01	9,97	42,00	10,60
Итого			100	0,09	0,01	9,97	42,00	10,60
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	9,24	8,62	20,84	94,36	6,05
2008	265	ПЛОВ	160	10,35	19,96	34,85	256,86	1,38
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,06	0,04	20,16	79,46	10,17
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,64	0,21	17,37	81,98	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,27	0,05	1,35	7,03	0,00
Итого			510	22,56	28,88	94,57	519,69	17,60
Полдник								
2008		ЗЕФИР	30	0,04	0,04	25,54	142,69	5,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,00	0,00	6,70	26,78	0,00
Итого			200	0,04	0,04	32,24	169,47	5,00
Ужин								
2008	21	САЛАТ ИЗ ЛУКА	40	0,62	5,05	3,67	77,95	4,53
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	120	3,56	3,48	17,54	116,26	5,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,70	26,78	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,27	0,05	1,35	7,03	0,00
Итого			360	4,45	8,58	29,26	228,02	10,05
Всего			1510	39,36	51,15	210,30	1 397,03	44,10

медицинская сестра

Мягих Ирина Михайловна

МЕНЮ 6 день, 2-я неделя, 2025 г.

Если 12 часов



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

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	40	2,31	0,28	21,85	99,36	0,02
2012	415	КАША РИСОВАЯ	150	4,16	6,36	26,71	181,30	0,45
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,60	26,38	0,00
Итого			340	6,47	6,64	55,16	307,04	0,47
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,49	0,10	9,70	42,14	1,96
Итого			100	0,49	0,10	9,70	42,14	1,96
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	8,72	10,31	21,44	213,98	7,69
2008	259	ГУЛЯШ	50	10,60	21,93	4,70	242,99	1,21
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	4,14	3,82	26,66	158,04	12,78
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,92	27,64	10,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,49	0,28	22,94	108,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,50	0,09	2,51	13,05	0,00
Итого			510	27,45	36,43	85,17	763,95	31,68
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008	435	ВАРЕНЕЦ	170	2,00	0,00	0,00	0,00	4,00
Итого			200	1,77	1,41	22,50	109,80	4,00
Ужин								
2012	42	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	40	0,96	0,07	8,14	37,92	1,25
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	120	2,76	4,71	16,29	119,25	5,54
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,92	27,64	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,50	0,09	2,51	13,05	0,00
Итого			360	4,22	4,87	33,86	197,86	6,79
Всего			1510	42,40	49,45	206,39	1 420,79	44,90

медицинская сестра

Мяких Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

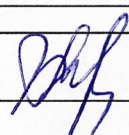
/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

7 день, 2-я неделя, 2025 г.

Если 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,85	4,69	17,35	123,26	0,00
2008	184	КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,08	7,59	34,03	185,30	1,18
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,38	2,02	10,40	69,84	0,42
Итого			340	10,31	14,30	61,78	378,40	1,60
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,25	0,11	10,41	48,37	30,56
Итого			100	0,25	0,11	10,41	48,37	30,56
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК	150	7,04	8,52	17,37	175,27	5,91
2008	288	ШНИЦЕЛЬ	50	8,67	6,87	7,31	126,29	1,31
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	11,11	3,14	23,23	165,62	0,00
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,07	0,00	21,32	85,54	0,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,51	0,20	16,53	78,01	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,35	0,06	1,77	9,21	0,00
Итого			510	29,75	18,79	87,53	639,94	7,26
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,81	0,96	22,49	103,01	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,00	0,00	6,83	27,32	0,00
Итого			200	0,81	0,96	29,32	130,33	0,00
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,46	3,27	18,16	117,45	23,30
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,83	27,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,35	0,06	1,77	9,21	0,00
Итого			360	3,81	3,33	26,76	153,98	23,30
Всего			1510	44,93	37,49	255,80	1 351,02	62,72

медицинская сестра  Мягих Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

8 день, 2-я неделя, 2025 г.

Если 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	40	1,63	0,20	26,19	73,21	0,02
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,27	5,12	24,08	159,15	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,34	1,93	11,27	72,31	0,41
Итого			340	8,24	7,25	61,54	304,67	0,93
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								
2008	95	СУП СВЕКОЛЬНИК	150	6,06	7,75	12,82	145,38	6,50
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	9,24	3,70	6,44	196,38	1,10
2012	321	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР	110	3,21	5,88	16,24	131,69	14,10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,99	27,95	10,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,24	0,04	1,21	6,28	0,00
Итого			510	21,04	17,56	58,75	578,73	31,70
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2008	435	СНЕЖОК	170	3,17	2,74	4,60	59,10	1,33
Итого			200	5,42	5,68	26,92	184,20	1,33
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	12,26	9,37	13,23	188,48	1,14
2012	350	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	30	0,61	1,73	16,68	44,71	0,08
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,99	27,95	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,24	0,04	1,21	6,28	0,00
Итого			350	13,11	11,14	38,11	267,42	1,22
Всего			1500	48,15	41,97	193,68	1375,14	41,7

медицинская сестра _____ Мягких Ирина Михайловна



Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

9 день, 2-я неделя, 2025 г.

Если 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	40	2,50	4,44	15,22	110,96	0,00
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,15	8,37	25,31	151,71	0,46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,60	26,38	0,00
Итого			340	6,65	12,81	47,13	289,05	0,46
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	100	0,22	0,10	10,79	45,16	27,27
Итого			100	0,22	0,10	10,79	45,16	27,27
Обед								
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	150	7,70	7,46	20,48	161,46	11,45
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	7,97	7,90	10,19	174,96	6,36
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	4,81	2,75	30,80	167,33	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,09	0,09	8,70	36,41	0,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,18	14,83	69,97	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,24	0,04	1,21	6,33	0,00
Итого			510	23,06	18,42	86,21	616,46	18,69
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	2,58	1,80	28,24	100,81	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,00	0,00	7,60	26,38	0,00
Итого			200	2,58	1,80	35,84	127,19	0,00
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	11,04	12,59	2,40	167,33	0,21
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,60	30,38	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,24	0,04	1,21	6,33	0,00
Итого			360	11,28	12,63	11,21	204,04	0,21
Всего			1510	43,79	45,76	191,18	1 381,90	46,63

медицинская сестра _____ Мягких Ирина Михайловна

Утверждаю

заведующий

МБДОУ д/с "Парус" с. Фирсово

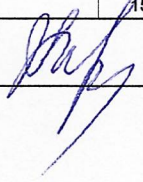
/Колбина Раиса Алексеевна/

МЕНЮ

10 день, 2-я неделя, 2025 г.

Если 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	1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	1,82	0,22	17,54	79,57	5,05
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	4,55	10,24	31,74	179,88	0,46
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,31	1,92	10,33	68,32	0,41
Итого			340	8,68	12,38	59,61	327,77	5,92
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	100	0,08	0,01	8,97	37,80	10,44
Итого			100	0,08	0,01	8,97	37,80	10,44
Обед								
2008	111	СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	15,48	10,25	28,38	201,18	6,64
2008	260	АЗУ	160	15,58	20,05	18,88	233,13	8,84
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,07	0,05	21,80	85,66	5,21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,87	0,15	12,29	58,02	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,28	0,05	1,42	7,40	0,00
Итого			510	33,28	30,55	82,77	585,39	20,69
Полдник								
2008		ЗЕФИР	30	0,02	0,02	19,87	179,77	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,00	0,00	6,16	24,63	0,00
Итого			200	0,02	0,02	26,03	204,40	0,00
Ужин								
2012	339	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	40	0,61	0,04	5,05	22,92	1,68
2008	98	СУП ХАРЧО	120	1,08	2,08	9,32	160,65	3,13
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,16	24,63	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,28	0,05	1,42	7,40	0,00
Итого			360	1,97	2,17	21,95	215,60	5,81
Всего			1510	44,03	45,13	199,33	1 370,96	42,86

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