



Заведующая
МДОУ "Колосок"
/Зиминова Г.И./

МЕНЮ 11 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО "КРЕСТЬЯНСКОЕ" ПОРЦИЯМИ	5	0,03	4,10	0,04	37,40	0,00
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,14	4,40	17,80	132,14	0,56
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	186	4,55	4,75	17,87	134,01	0,74
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	54	2,25	0,87	15,41	59,40	0,00
Итого			425	11,97	14,12	51,12	362,95	1,30
II Завтрак								
		снежок 2,5%	103	2,70	2,50	10,80	79,00	0,90
Итого			103	2,70	2,50	10,80	79,00	0,90
Обед								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	180	2,57	2,18	17,23	99,83	12,02
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	46	11,05	2,22	2,82	88,76	8,53
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,85	4,81	30,27	194,61	0,00
1994	647	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,42	0,13	21,54	90,83	0,22
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ	40	1,98	0,36	11,88	59,40	0,00
Итого			566	22,87	9,70	83,74	533,43	20,77
Полдник								
1994	292,293; ТТК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	148	4,93	1,89	38,13	188,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	174	0,08	0,00	11,19	45,04	0,02
Итого			322	5,01	1,89	49,32	233,84	0,02
Всего				42,55	28,21	194,98	1 209,22	22,99

Старшая медсестра Гришанова Н.М.

Старший повар Росель Ю.Е.



Заведующая
МДОУ "Колосок"
/Зиминова Г.И./

МЕНЮ

11 марта 2025 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО "КРЕСТЬЯНСКОЕ" ПОРЦИЯМИ	5	0,03	4,10	0,04	37,40	0,00
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,29	3,66	14,98	110,76	0,46
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	156	4,06	4,14	14,05	111,00	0,62
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	54	2,25	0,87	15,41	59,40	0,00
Итого			365	10,63	12,77	44,48	318,56	1,08
II Завтрак								
		снежок 2,5%	103	2,70	2,50	10,80	79,00	0,90
Итого			103	2,70	2,50	10,80	79,00	0,90
Обед								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	150	2,15	1,82	14,42	83,49	10,09
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	46	11,05	2,22	2,82	88,76	8,53
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,85	4,81	30,27	194,61	0,00
1994	647	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,36	0,11	14,73	62,95	0,19
2008		ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ НОВЫЙ	40	1,98	0,36	11,88	59,40	0,00
Итого			506	22,39	9,32	74,12	489,21	18,81
Полдник								
1994	292;293; ТТК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	148	4,93	1,88	38,13	188,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	144	0,06	0,00	8,46	34,05	0,01
Итого			292	4,99	1,88	46,59	222,84	0,01
Всего				40,71	26,47	175,99	1 109,61	20,80

Старшая медсестра Гришанова Н.М.

Старший повар Росель Ю.Е.