



Утверждаю

заведующий

МДОУ №3 "Лукошко"

Чикишева Е. В./

МЕНЮ

18 апреля 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								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	4,2	5,3	22,1	155	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4	16,1	116	0,7
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	3,7	1,6	15,2	96	0
Итого			400	12	17,5	53,5	427	1,2
II Завтрак								
		СНЕЖОК	127	2,1	4	14,8	105	0
Итого			127	2,1	4	14,8	105	0
Обед								
2010	6	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,3	1,8	8,6	54	5
2010	71	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	8,9	3,5	5,4	89	
2010	78	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,2	5,2	18,4	134	8
2010 г	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,9	31	
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2	0,3	12,6	65	
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	3,2	1,4	13,1	82	
Итого			609	18,6	12,2	66	455	1
Уплотнённый полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,1	0,1	9,7	40	
2008	45	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛО	160/30	22,4	15,3	49,4	418	
2012	391	ЧАЙ	180			0,1	1	
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	3,2	1,4	13,1	82	
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200			22,4	90	
Итого			768	25,7	16,8	94,7	631	
				58,4	50,5	229	1618	

шеф-повар

Косарева Т.А.

Косарева Т.А.

