

Муниципального района "Детский с/пос. МД
Тугайского района, 52300, Ярославская область, пл.б. Тугайск
ИФ 7616022071 КПП 761010000
"ЛУКОШКО"
ОГРН 1127611001871
АДМИНИСТРАЦИЯ
Ярославская область

МДОУ №3 "Лукошко"

/Чижишева Е. В./

21 мая 2025 г.

Сад 12 часов

шеф-повар

Тыщев

Груздева Н. А.

Утверждаю

заведующий

МДОУ №3 "Лукошко"

/Чикишева Е. В./



МЕНЮ

21 мая 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								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	4,7	14,6	120	0,5
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,2	4,2	13,6	109	0,7
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5	0,1	45	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	2,7	1,1	10,9	69	0
Итого			348	11,3	15	39,2	343	1,2
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	140	4,3	4,6	6,7	86	0,8
Итого			140	4,3	4,6	6,7	86	0,8
Обед								
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,3	2,1	1,1	26	6,3
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,1	2,1	6,2	48	4,8
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	120	8,1	7,1	25,3	201	0,8
2017	110	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,4		11	46	0,1
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,2	42	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,1	0,9	8,7	55	0
Итого			495	13,3	12,4	60,5	418	12
Уплотнённый полдник								
2008		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	90	0,5	0,2	17,1	74	1,4
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11	15	2,4	189	0,2
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,6	2,5	4,2	43	1,9
2008	410	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,1		8,2	34	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,2	42	0
2010	114	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКОМ	70	4,3	2,2	34	173	1,6
Итого			500	17,8	20,1	74,1	555	5,1
Всего				46,7	52,1	180,5	1402	19,1

шеф-повар

Груздева

Груздева Н. А.