



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАДОУ "ДС №7 "Незабудка"
И.Н. Колупаева
20 ____ г.

Неделя: 2
День: 4

МЕНЮ
5 декабря 2024г.
Ясли (1-3 года)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергет. ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Яйцо отварное (Яйцо куриное)	40	5,08	4,6	0,28	63	TK-№209
Каша молочная из смеси круп (Молоко 3,2%,пшено, крупа овсяная, крупа гречневая,масло сливочное 72,5%)	180	7,11	8,19	25,36	205,45	TK-№190
Кофейный напиток с молоком(Кофейный порошок,молоко 3,2%,сахар)	150	2,1	2,1	11,03	69,75	TK-№270
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-К № ПР-
Итого	400	12,19	12,79	25,64	268,45	
Второй завтрак						
Плоды или ягоды свежие(яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	TK-№338
Итого	100	0,4	0,4	9,8	47	
Обед						
Суп крестьянский с крупой(Капуста свежая,картофель,морковь,лук репчатый, крупа рисовая,масло подсолнечное)	180	1,66	5,56	11,11	101,21	TK-№50 р №124 с6 2004
Салат из свежих помидор и огурцов(Помидоры свежие,огурцы свежие,лук репчатый,масло подсолнечное)	40	0,33	1,87	1,47	24	TK-№102
Тефтели из говядины с рисом(Говядина,крупа рисовая,лук репчатый,масло сливочное,мука пшеничная)	50	4	5,6	4,55	84,5	TK-№182
Пюре из моркови(Морковь,молоко 3,2%,мука,масло сливочное 72,5%,сахар)	110	1,7	7,17	6,53	97,22	TK-№161
Компот из яблок с лимоном(Яблоки,лимон,сахар,кислота аскорбиновая)	180	0,23	0,23	30,01	93,66	TK-№256
Хлеб	40	2,24	0,44	19,76	95,96	TK-№7
Итого	600	10,16	20,86	73,42	496,56	
Полдник						
Булочка домашняя(Мука,сахар,масло сливочное 72,5%,яйца,дрожжи)	50	2,94	6,67	20,93	101,01	ТТК- №282
Молоко кипяченое(Молоко 3,2%)	150	4,05	4,2	6,45	80,1	TKN№260
Итого	200	6,99	10,87	27,38	181,11	
Ужин						
Горошек зеленый консервированный отварной (Горошек консервированный)	100	3,13	3,29	6,99	77,88	TKN№206 Пермь 2004
Рыба, тушенная в сметанном соусе(Минтай,лук репчатый,морковь,масло сливочное,сметана 15%,мука)	90	9,91	8,66	3,61	131,99	TK-№153
Чай с сахаром(Чай байховый,сахар)	180	0,09	0,03	8,19	22,5	TK-№266
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-К № ПР-с6/М.П Магильно го
Итого	400	15,5	12,28	33,28	302,51	
Всего		45,24	57,19	169,51	1295,62	

Составил _____ Шеф-повар _____ Имельбаева В.Г.
(должность) (подпись) (расшифровка подписи)