

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАДОУ "ДС №7 "Незабудка"
" И. Н. Колпакина 2024г.

Неделя: 2
День: 5

МЕНЮ
7 Февраля 2025г.

Сад (3-7 лет)

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						
Каша жидкая (пшеничная) с маслом(Молоко 3,2%, крупа пшеничная, сахар, масло сливочное 72,5%)	200	4,2	8,4	26,2	202	№489 "Хлебпроди нформ" 2004
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-
Чай с сахаром(Чай байховый, сахар)	200	0,1	0,03	9,1	25	ТК-№266
Итого	440	7,46	8,83	54,62	320,52	
Второй завтрак						
Кисломолочный продукт (йогурт)	170	4,93	4,19	6,8	85	Т-К №386 сб/под ред. М.П Магильного Де Ли плюс
Итого	170	4,93	4,19	6,8	85	
Обед						
Салат из сырых овощей(Морковь, помидор, огурец, капу- та, масло подсолнечное, сахар, кислота лимонная)	60	0,4	2,7	1,9	33	ТК- №23р№37 Уфа 2014 изд 14
Свекольник(Свекла, картофель, морковь , лук репчатый, зелень свежая, сметана, сахар, томатная паста)	250	1,93	6,33	10,05	104,15	ТК-№35 Пермь 2001
Картофель отварной(Картофель, масло сливочное 72,5%)	140	2,93	6,57	25,4	170,3	ТК-№214 Пермь 2001
Печень по-строгановски(Печень говяжья, сметана 15%, мука, масло подсолнечное)	70	12,9	8,14	1,58	125,13	ТК-№122 ТТК-№431 Уфа 2014
Соки овощные, фруктовые и ягодные(Сок фруктовый)	200	1	0	20,2	84,8	Т-К №389 сб/под ред.
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К №ПР-
Итого	700	20,34	24,28	83,82	637,32	
Полдник						
Молоко кипячёнок(Молоко 3,2%)	200	5,4	5,6	8,6	106,8	ТК-№260 Пермь 2001
Булочка сдобная (Мука, дрожжи, сахар, яйца, молоко 3,2%)	50	3,9	4,3	26,3	159	ТК- №257р85 Уфа 2014
Итого	250	9,3	9,9	34,9	265,8	
Ужин						
Пудинг из творога с рисом(Творог, яйца, сахар, крупа рисовая, сметана 15%, масло сливочное 72,5%)	150	16,47	4,04	21,62	188,76	ТК-№134 Пермь 2001
Напиток из шиповника (Шиповник, сахар)	180	0,61	0	18,9	42,18	ТК-№261 Пермь 2001
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-
Плоды или ягоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	380,86	Т-К №338- сб/под ред. М.П Магильного Де Ли плюс
Итого	490	20,72	4,92	71,6	380,86	
Всего		62,75	52,12	251,74	1689,5	

Составил

Шеф-повар

(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)