

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАДОУ "ДС №7 "Незабудка"  
Копалина И.Н. 20 \_\_\_\_ г.

Неделя: 2  
День: 1

# МЕНЮ 17 Февраля 2025г.

Сад (3-7 лет)

| Наименование блюда                                                                                     | Выход<br>гр. | Химический состав |             |                 | Энергет.<br>ценность<br>ккал. | N<br>рецеп-<br>туры           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------|-------------|-----------------|-------------------------------|-------------------------------|
|                                                                                                        |              | Белки<br>гр.      | Жиры<br>гр. | Углеводы<br>гр. |                               |                               |
| 1                                                                                                      | 2            | 3                 | 4           | 5               | 6                             | 7                             |
| <b>Завтрак</b>                                                                                         |              |                   |             |                 |                               |                               |
| Суп молочный с крупой (рисовой) (Крупа рисовая, молоко 3,2%, сахар, масло сливочное)                   | 200          | 4,94              | 6,06        | 18,62           | 148,54                        | ТК№44                         |
| Кофейный напиток с молоком (Кофейный порошок, молоко 3,2%, сахар)                                      | 180          | 2,52              | 2,52        | 13,23           | 83,7                          | ТТК-270                       |
| Бутерброд с сыром (Хлеб пшеничный, сыр сычужный)                                                       | 40           | 5                 | 3           | 14,5            | 106                           | ТК-№3нр1<br>Уфа 2014          |
| Итого                                                                                                  | 420          | 12,46             | 11,58       | 46,35           | 338,24                        |                               |
| <b>Второй завтрак</b>                                                                                  |              |                   |             |                 |                               |                               |
| Сок фруктовый (Сок в ассортименте)                                                                     | 200          | 1                 | 0           | 20,2            | 84,8                          | Т-К№389                       |
| Итого                                                                                                  | 200          | 1                 | 0           | 20,2            | 84,8                          |                               |
| <b>Обед</b>                                                                                            |              |                   |             |                 |                               |                               |
| Свекла отварная (Свекла свежая)                                                                        | 60           | 0,8               | 0,1         | 4,3             | 21                            | ТК-№16                        |
| Суп пюре из картофеля (Картофель, морковь, лук репчатый, молоко 3,2%, масло сливочное, мука пшеничная) | 250          | 3,38              | 5,15        | 21,06           | 144,14                        | ТК-№49                        |
| Котлеты из говядины (Мясо говяжье, хлеб пшеничный, масло сливочное)                                    | 80           | 8,34              | 10,29       | 8,14            | 164                           | ТК-№268                       |
| Капуста тушеная (Капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, сахар)         | 150          | 3,93              | 4,85        | 20,18           | 130,74                        | ТК-№210                       |
| Компот из апельсинов (Апельсины, сахар)                                                                | 200          | 0,48              | 0,26        | 22,8            | 44,96                         | ТК-№24                        |
| Хлеб ржаной                                                                                            | 50           | 2,8               | 0,55        | 24,7            | 119,95                        | Т-К№ПР-                       |
| Итого                                                                                                  | 790          | 19,73             | 21,19       | 101,18          | 624,79                        |                               |
| <b>Полдник</b>                                                                                         |              |                   |             |                 |                               |                               |
| Булочка молочная (Мука пшеничная, молоко 3,2%, дрожжи, соль)                                           | 50           | 4,7               | 1,1         | 26              | 135                           | ТК-№259                       |
| Молоко кипяченое (Молоко 3,2%)                                                                         | 200          | 5,4               | 5,6         | 8,6             | 106,8                         | ТК-№260                       |
| Итого                                                                                                  | 250          | 10,1              | 6,7         | 34,6            | 241,8                         |                               |
| <b>Ужин</b>                                                                                            |              |                   |             |                 |                               |                               |
| Рыба запеченная с морковью (Горбуша, лук репчатый, морковь, сметана 15%, мука пшеничная)               | 210          | 26,95             | 17,33       | 5,78            | 287                           | ТК-№86                        |
| Фрукты или ягоды свежие (яблоки)                                                                       | 100          | 0,4               | 0,4         | 9,8             | 47                            | Т-К№338                       |
| Чай с сахаром (Чай байховый, сахар)                                                                    | 180          | 0,09              | 0,03        | 8,19            | 22,5                          | ТК-№266<br>р ТТК-№10 Уфа 2014 |
| Хлеб пшеничный йодированный                                                                            | 40           | 3,16              | 0,4         | 19,32           | 93,52                         | Т-К № ПР-сб/М.П Магильного    |
| Итого                                                                                                  | 530          | 30,6              | 18,15       | 43,09           | 450,02                        |                               |
| Всего                                                                                                  |              | 73,89             | 57,62       | 245,41          | 1739,65                       |                               |

Составил

Шеф-повар  
(подпись)

*Имелябаева В.Г.*  
(подпись)

Имелябаева В.Г.  
(расшифровка подписи)