

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

Неделя: 2
День: 5

МЕНЮ

7 Февраля 2025г

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						
Каша жидкая (пшеничная) с маслом(Молоко 3,2%, крупа пшеничная, сахар, масло сливочное 72,5%)	180	3,78	7,56	23,58	181,8	№489 "Хлебпро- динформ" 2004
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-К №ПР-
Чай с сахаром(Чай байховый, сахар)	180	0,09	0,03	8,19	22,5	ТК-№266
Итого	390	6,24	7,89	46,26	274,44	
Второй завтрак						
Кисломолочный продукт (йогурт)	150	4,35	3,7	6	75	Т-К №386 сб/под ред. М.П Магильно го Де Ли
Итого	150	4,35	3,7	6	75	
Обед						
Салат из сырых овощей (Морковь, помидор, огурец, капуста, масл о подсолнечное, сахар, кислота лимонная)	30	0,2	1,35	0,95	16,5	ТК- №23р№3 7 Уфа 2014 изд
Свекольник(Свекла, картофель, морковь , лук репчатый, зелень свежая, сметана, сахар, томатная паста)	180	1,39	4,55	7,24	74,99	ТК-№35 Пермь 2001
Картофель отварной(Картофель, масло сливочное 72,5%)	110	2,3	5,16	19,95	133,8	ТК-№214 Пермь 2001
Печень по-строгановски(Печень говяжья, сметана 15%, мука, масло подсолнечное)	50	8,06	5,81	1,13	89,38	ТК-№122 ТТК- №431
Соки овощные, фруктовые и ягодные(сок фруктовый)	200	1	0	20,2	84,8	Т-К №389 сб/под
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	95,96	Т-К №ПР-
Итого	610	15,19	17,32	69,22	495,43	
Полдник						
Молоко кипячёное(Молоко 3,2%)	150	4,05	4,2	6,45	80,1	ТК-№260 Пермь
Булочка сдобная (Мука, дрожжи, сахар, яйца, молоко 3,2%)	50	3,9	4,3	26,3	159	ТК- №257р85 Уфа 2014
Итого	200	7,95	8,5	32,75	239,1	
Ужин						
Пудинг из творога с рисом(Творог, яйца, сахар, крупа рисовая, сметана 15%, масло сливочное 72,5%)	140	15,37	3,77	20,18	176,18	ТК-№134 Пермь 2001
Напиток из шиповника (Шиповник, сахар, кислота лимонная)	180	0,61	0	18,9	42,18	ТК-№261 Пермь 2001
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-К №ПР-
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	Т-К №338- сб/под ред. М.П Магильно го Де Ли
Итого	450	18,75	4,55	63,37	335,5	
Всего		52,48	41,87	217,6	1419,47	

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