

Утверждаю

Детский сад №1 города Костромы
_____/Симакова Е.Д./

МЕНЮ
17 апреля 2025 г.

Сад 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,09	6,58	29,50	202,25	0,46
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	45	2,30	0,86	25,54	119,22	0,08
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,78	2,19	15,17	92,16	0,47
Итого			405	11,17	9,63	70,21	413,63	1,01
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	99	0,40	0,40	9,72	46,60	9,92
Итого			99	0,40	0,40	9,72	46,60	9,92
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (РЫБНЫЙ)	180	1,78	2,08	14,01	82,25	6,97
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	71/30	8,77	19,72	11,29	261,61	0,63
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,01	3,44	25,61	149,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,29	0,44	21,05	101,28	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	185	0,00	0,00	29,65	118,54	0,00
Итого			626	17,85	25,68	101,61	713,15	7,60
Полдник								
2008	435	КЕФИР	129	3,74	3,22	5,16	68,36	0,90
2008		ПРЯНИКИ	25	1,48	1,18	18,75	91,50	0,00
Итого			154	5,22	4,40	23,91	159,86	0,90
Ужин								
2012	238	ЗАПЕНКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	165	19,42	14,23	25,69	312,57	0,73
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,59	1,52	3,99	31,90	0,08
2008		БАТОН	30	2,24	0,86	15,32	78,09	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,05	0,00	10,86	43,58	0,01
Итого			425	22,30	16,61	55,86	466,14	0,82
Всего				56,94	56,72	261,31	1 799,38	20,25

повар

Маркова Елена Николаевна