

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 171"
_____/Белина А.С.-Я./

МЕНЮ
30 октября 2025 г.
Сад

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ (творог, соль , сахарный песок, яйцо, масло растительное, молоко паст, масло сливочное фасов, мука , сметана 15% жирности, рис)	125/80	14,14	14,08	38,37	339,03	0,48
2012	397	КАКАО НА МОЛОКЕ (какао, сахарный песок, молоко паст, вода питьевая)	200	3,62	3,88	12,41	100,09	0,63
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сливочное фасов, хлеб белый, сыр фасовка не более 2 кг)	40/7/16	6,88	11,89	20,27	216,81	0,11
Итого			468	24,64	29,85	71,05	655,93	1,22
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ (помидоры свежие, огурцы свежие, масло растительное, соль)	60	0,57	2,12	1,87	29,55	10,39
2012	110	ЛАПША С КУРИЦЕЙ (макаронные изделия , соль , куры, вода питьевая, лук , морковь, масло растительное)	195	5,27	4,70	15,22	124,67	0,75
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (минтай вес , хлеб белый, вода питьевая, масло растительное, лук , яйцо, соль)	85	9,40	3,17	3,01	78,22	0,49
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко паст, масло сливочное фасов, соль)	170	4,64	4,71	28,38	175,22	13,43
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (курага, сахарный песок, вода питьевая)	200	0,55	0,03	12,22	51,83	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб черный)	51	3,35	0,45	21,46	103,25	0,00
Итого			761	23,78	15,18	82,16	562,74	25,24
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ЛИСТИК" (мука , дрожжи, соль , сахарный песок, масло растительное, яйцо, молоко паст)	60	5,47	3,63	31,97	182,40	0,10
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (вода питьевая, сахарный песок, чай)	200	0,06	0,00	5,87	23,70	0,01
2008		БАНАН (бананы)	79	1,18	0,39	16,49	75,39	7,85
Итого			339	6,71	4,02	54,33	281,49	7,96
Ужин								
2008	323	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С САХАРОМ (греча, вода питьевая, соль , масло сливочное фасов, сахарный песок)	150	4,78	3,66	24,52	149,92	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (вода питьевая, сахарный песок, чай)	200	0,06	0,00	5,94	23,94	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб белый)	40	3,11	1,21	20,21	104,46	0,00
Итого			390	7,95	4,87	50,67	278,32	0,01
Всего				63,08	53,92	258,21	1 778,48	34,43