ЧДОУ "Детский сад "Кораблик"

МЕНЮ

17 ноября 2026 г.

Ранний возраст

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	6	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	5,00	4,64	20,67	145,09	0,00
2010	136	БУЛКА	30	1,94	0,24	11,91	57,72	0,00
2010	142	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
2010	95	ЧАЙ С САХАРОМ	150/10	0,08	0,00	9,84	39,66	0,02
Итого			**346**	**7,05**	**8,89**	**42,46**	**278,75**	**0,02**
II Завтрак								
2010	125	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого			**95**	**0,38**	**0,38**	**9,31**	**44,65**	**9,50**
Обед								
2010	22	СУП ИТАЛЬЯНСКИЙ	150/15	7,96	3,89	15,41	128,59	5,04
2010	104	ТУШЕНАЯ СВЕКЛА	40	0,87	1,52	7,06	45,27	2,40
2010	37	ЕЖИКИ	140	12,85	13,56	18,31	246,36	0,32
2010	124	ТОМАТНАЯ ПОДЛИВА	40	0,49	2,05	2,60	31,01	0,60
2010	85	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	0,08	0,08	13,52	55,56	0,80
2010	141	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,72	0,18	11,14	53,19	0,00
Итого			**560**	**23,97**	**21,28**	**68,04**	**559,98**	**9,16**
Ужин								
2010	51	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	120	18,70	10,88	22,77	267,19	0,20
2010	54	СОУС СМЕТАННЫЙ	40	0,54	5,13	5,11	69,17	0,02
2010	89	СНЕЖОК	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**310**	**19,24**	**16,01**	**27,88**	**336,36**	**0,22**
Всего				**50,64**	**46,56**	**147,69**	**1 219,74**	**18,90**