

Утверждаю

Заведующая  
 МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад № 46"  
 Комарова Н.Н./



**МЕНЮ**  
 25 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "НЕЖНОСТЬ"	130	3,1	5,3	13,7	115	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,5	4,7	10,5	91	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,7	2,1	12	79	0,4
<b>Итого</b>			<b>305</b>	<b>7,3</b>	<b>12,1</b>	<b>36,2</b>	<b>285</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	5,5	4,4	16,1	128	3,3
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРИЦЫ	50	5,6	8	4,7	113	0,5
		РАГУ ОВОЩНОЕ	130	2,6	3,9	13,9	103	16,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			6,6	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	80	0
<b>Итого</b>			<b>519</b>	<b>16,3</b>	<b>16,6</b>	<b>57,8</b>	<b>451</b>	<b>20,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53	0
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	124	3,5	3,1	5,6	70	0,9
<b>Итого</b>			<b>139</b>	<b>3,9</b>	<b>3,6</b>	<b>17,2</b>	<b>123</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,5	1,3	4,1	31	1,8
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	110	15,1	9,8	4	166	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,1	25	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	10,3	49	0
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>17,3</b>	<b>11,2</b>	<b>24,5</b>	<b>271</b>	<b>2</b>
<b>Всего</b>				<b>44,8</b>	<b>43,5</b>	<b>135,7</b>	<b>1130</b>	<b>23,9</b>

Шеф-повар Агафонова Т.В. АГАФОНОВА Т.В.

Утверждаю

Заведующая  
МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад № 46"  
*Комарова Н.Н.* /Комарова Н.Н./

## МЕНЮ

25 февраля 2025 г.

Сад 12 часов.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "НЕЖНОСТЬ"	150	4,9	5,8	19,8	151	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/7	1,9	6,5	13	118	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,5	12,9	87	0,5
<b>Итого</b>			<b>362</b>	<b>9,8</b>	<b>14,8</b>	<b>45,7</b>	<b>356</b>	<b>0,9</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180	6,6	5,5	19,4	153	3,8
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРИЦЫ	70	8,8	11,4	6,6	164	0,6
		РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,4	4,9	17,9	131	20,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8,4	34	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,5	80	0
<b>Итого</b>			<b>619</b>	<b>21,4</b>	<b>22,1</b>	<b>68,8</b>	<b>562</b>	<b>24,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008		ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	149	4,2	3,7	6,7	84	1
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>5</b>	<b>4,7</b>	<b>29,9</b>	<b>190</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ	50	0,6	1,7	5,4	40	2,3
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	120	16,6	9,9	4,8	176	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,7	36	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	10,3	49	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>18,9</b>	<b>11,7</b>	<b>29,2</b>	<b>301</b>	<b>2,6</b>
<b>Всего</b>				<b>55,1</b>	<b>53,3</b>	<b>173,6</b>	<b>1409</b>	<b>29</b>

Шеф-повар

*Агафонова Т.В.*

АГАФОНОВА Т.В.