

6 ДЕНЬ

Заведующий

А.В. Калачёва

## Детский сад № 42

Меню

на

2025г.

| НАИМЕНОВАНИЕ             | ЯСЛИ              |                  |       |          |                           | САД               |                  |      |          |                           | Номер рецептуры |
|--------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|---------------------------|-------------------|------------------|------|----------|---------------------------|-----------------|
|                          | Выход порций, гр. | Пищевые вещества |       |          | Энергетич. ценность, ккал | Выход порций, гр. | Пищевые вещества |      |          | Энергетич. ценность, ккал |                 |
|                          |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                           |                   | Белки            | Жиры | Углеводы |                           |                 |
| ЗАВТРАК                  |                   |                  |       |          |                           |                   |                  |      |          |                           |                 |
| Каша пшённая             | 130               | 3,52             | 5,11  | 16,15    | 124,52                    | 184               | 4,98             | 7,24 | 22,86    | 176,24                    | Ттк № 48        |
| Хлеб "Крестьянский"      | 16,68             | 1,28             | 0,16  | 7,99     | 39,36                     | 22                | 1,69             | 0,22 | 10,54    | 51,92                     | пром.           |
| Повидло                  | 13                | 0,05             | 0     | 8,45     | 32,5                      | 13                | 0,05             | 0    | 8,45     | 32,5                      | пром.           |
| Чай с сахаром            | 180               | 0,11             | 0,03  | 9,00     | 34,11                     | 200               | 0,12             | 0,03 | 10       | 37,9                      | Ттк № 57        |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:        | 339,68            | 4,96             | 5,3   | 41,59    | 230,49                    | 419               | 6,84             | 7,49 | 51,85    | 299                       |                 |
| 10 часов: ЗАВТРАК 2      |                   |                  |       |          |                           |                   |                  |      |          |                           |                 |
| Сок                      | 75                | 0                | 0     | 8,62     | 34,5                      | 100               | 0                | 0    | 11,5     | 46                        | пром.           |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 :     | 75                | 0                | 0     | 8,62     | 34,5                      | 100               | 0                | 0    | 11,5     | 46                        |                 |
| ОБЕД                     |                   |                  |       |          |                           |                   |                  |      |          |                           |                 |
| Борщ со сметаной         | 177               | 1,6              | 2,69  | 10,89    | 70,43                     | 208               | 1,88             | 3,16 | 12,8     | 82,76                     | Ттк № 19        |
| Плов                     |                   |                  |       |          |                           | 170               | 14               | 7,85 | 34,98    | 268,48                    | Ттк № 29        |
| Кнели из говядины        | 50                | 7,98             | 5,57  | 2,78     | 92,74                     |                   |                  |      |          |                           | Ттк № 75        |
| Морковь в молочном соусе | 80                | 1,3              | 1,52  | 12,8     | 66,06                     |                   |                  |      |          |                           | Ттк № 55        |
| Кисель                   | 150               | 0,01             | 0     | 14,66    | 14,21                     | 150               | 0,01             | 0    | 14,66    | 14,21                     | Ттк № 63        |
| Хлеб "Крестьянский"      | 10                | 0,77             | 0,1   | 4,8      | 23,6                      | 10                | 0,77             | 0,1  | 4,8      | 23,6                      | пром.           |
| Хлеб "Дарницкий"         | 26                | 1,82             | 0,26  | 11,96    | 57,2                      | 32                | 2,24             | 0,32 | 14,72    | 70,4                      | пром.           |
| ИТОГО ЗА ОБЕД:           | 493               | 13,5             | 10,14 | 57,9     | 324                       | 570               | 18,9             | 11,4 | 81,96    | 459,45                    |                 |
| ПОЛДНИК                  |                   |                  |       |          |                           |                   |                  |      |          |                           |                 |
| Крендель сахарный        | 50                | 3,3              | 6,43  | 27,82    | 182,8                     | 50                | 3,3              | 6,43 | 27,82    | 182,8                     | Ттк № 68        |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:        | 50                | 3,3              | 6,43  | 27,82    | 182,8                     | 50                | 3,3              | 6,43 | 27,82    | 182,8                     |                 |
| УЖИН                     |                   |                  |       |          |                           |                   |                  |      |          |                           |                 |
| Котлета рыбная           | 35                | 5,21             | 1,59  | 3,38     | 46,76                     | 40                | 5,96             | 1,82 | 3,87     | 53,44                     | Ттк № 39        |
| Картофельное пюре        | 80                | 1,62             | 2,53  | 10,32    | 71,59                     | 100               | 2,03             | 3,16 | 12,9     | 89,49                     | Ттк № 52        |
| Чай с сахаром            | 180               | 0,11             | 0,03  | 9,00     | 34,11                     | 200               | 0,12             | 0,03 | 10,00    | 37,9                      | Ттк № 57        |
| Хлеб "Крестьянский"      | 16                | 1,23             | 0,15  | 7,67     | 37,76                     | 22                | 1,69             | 0,21 | 10,54    | 51,92                     | пром.           |
| ИТОГО ЗА УЖИН:           | 311               | 8,17             | 4,3   | 30,37    | 190,22                    | 362               | 9,8              | 5,2  | 37,31    | 233                       |                 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:           | 1268,7            | 30               | 26,2  | 166,3    | 962                       | 1501              | 39               | 31   | 210,4    | 1220                      |                 |