

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МБДОУ с. Сосновка



Н.В. Якшина 27.06.2025 г.

**МЕНЮ МБДОУ с. Сосновка на 30.06.2025**

| Тех. карта               | Наименование блюда                                 | Общий 3-7 лет    |       |       |              |                             |
|--------------------------|----------------------------------------------------|------------------|-------|-------|--------------|-----------------------------|
|                          |                                                    | Пищевые вещества |       |       |              |                             |
|                          |                                                    | Вес блюда        | Белки | Жиры  | Углево<br>ды | Энергетическ<br>ая ценность |
| 5 день                   |                                                    |                  |       |       |              |                             |
| Завтрак                  |                                                    |                  |       |       |              |                             |
| №162                     | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая | 200              | 6,78  | 9,60  | 25,53        | 215,65                      |
| №395                     | Кофейный напиток с молоком                         | 180              | 2,10  | 2,10  | 12,40        | 76,74                       |
| №213                     | Яйцо отварное                                      | 40               | 5,08  | 4,60  | 0,28         | 62,84                       |
| №1                       | Батон с маслом                                     | 35               | 2,28  | 4,49  | 15,46        | 111,49                      |
| Итого за Завтрак:        |                                                    |                  | 16,23 | 20,80 | 53,68        | 466,71                      |
| Завтрак второй           |                                                    |                  |       |       |              |                             |
| №15                      | Сок фруктовый для детского питания                 | 200              | 0,20  | 0,20  | 23,20        | 95,40                       |
| Итого за Завтрак второй: |                                                    |                  | 0,20  | 0,20  | 23,20        | 95,40                       |
| Обед                     |                                                    |                  |       |       |              |                             |
| №131                     | Салат из зелёного горошка                          | 50               | 1,77  | 2,19  | 3,77         | 41,90                       |
| РК510-87.                | Суп картофельный с рисом и рыбными консервами      | 200              | 7,95  | 6,98  | 13,61        | 149,13                      |
| №370                     | Азу                                                | 220              | 19,02 | 19,44 | 28,24        | 364,27                      |
| №372я                    | Компот из свежих плодов                            | 180              | 0,14  | 0,14  | 13,45        | 55,68                       |
| №13                      | Хлеб пшеничный                                     | 30               | 2,37  | 0,30  | 14,49        | 70,14                       |
| №12                      | Хлеб ржаной                                        | 40               | 2,24  | 0,48  | 16,40        | 78,80                       |
| №1                       | Соль                                               | 3                | 0,00  | 0,00  | 0,00         | 0,00                        |
| Итого за Обед:           |                                                    |                  | 33,50 | 29,54 | 89,97        | 759,93                      |
| Полдник                  |                                                    |                  |       |       |              |                             |
| РК05-469.                | Молоко кипячёное                                   | 200              | 6,00  | 7,00  | 9,60         | 125,40                      |
| РК504-450                | Ватрушка с творогом                                | 60               | 9,57  | 3,92  | 26,62        | 177,22                      |
| Итого за Полдник:        |                                                    |                  | 15,57 | 10,92 | 36,22        | 302,62                      |
| Ужин                     |                                                    |                  |       |       |              |                             |
| №1712                    | Каша перловая рассыпчатая                          | 150              | 4,65  | 0,55  | 33,45        | 157,35                      |
| №392                     | Чай с сахаром                                      | 180              | 0,06  | 0,01  | 9,81         | 39,62                       |
| №13                      | Хлеб пшеничный                                     | 20               | 1,58  | 0,20  | 9,66         | 46,76                       |
| № 284с.                  | Тефтели из печени с рисом                          | 80               | 9,12  | 7,37  | 12,31        | 152,08                      |
| Итого за Ужин:           |                                                    |                  | 15,41 | 8,14  | 65,23        | 395,81                      |
| Итого за день:           |                                                    |                  | 80,91 | 69,60 | 268,30       | 2020,46                     |