

Утверждаю

руководитель СП  
"Детский сад "Сказка"  
\_\_\_\_\_/Майорова Марина Владимировна/

**МЕНЮ**  
**24 декабря 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                            | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-ность,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                           |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |        |                   |         |                  |                                           |                       |
| 2012                          | 159/1               | СУФЛЕ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКОМ<br>(яблоки, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, сахар песок)                                                                                                 | 190    | 20,2              | 17,3    | 11,4             | 287                                       | 1,4                   |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                               | 25     | 1,5               | 5,8     | 10,3             | 100                                       | 0                     |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                  | 200    | 2,9               | 2,5     | 24,8             | 134                                       | 1                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               | 415    | 24,6              | 25,6    | 46,5             | 521                                       | 2,4                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |        |                   |         |                  |                                           |                       |
| 2012                          | 399                 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                                           | 100    | 0,5               | 0,1     | 9,8              | 42                                        | 0,8                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               | 100    | 0,5               | 0,1     | 9,8              | 42                                        | 0,8                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |        |                   |         |                  |                                           |                       |
| 2008                          | 91/1                | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ<br>(бройлеры цыплята потрош. 1 категории, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, сметана 15% жирности) | 190/10 | 6,1               | 8,1     | 14,4             | 161                                       | 6,2                   |
| 2012                          | 277                 | ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ<br>(говяжья печень, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)                                                                                                                         | 70     | 11,5              | 4       | 3,2              | 109                                       | 8,9                   |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>(макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                                               | 130    | 4,8               | 4,2     | 27,1             | 165                                       | 0                     |
| 2012                          | 33/1                | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ<br>(свекла)                                                                                                                                                                                                                                   | 60     | 0,9               | 0,1     | 4,9              | 23                                        | 2,3                   |
| 2008                          | 394                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ<br>(яблоки, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                               | 200    | 0,2               | 0,2     | 27,1             | 111                                       | 1,6                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                                                                  | 20     | 1,3               | 0,2     | 8,5              | 41                                        | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                                                                      | 30     | 2,3               | 0,2     | 15,1             | 71                                        | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               | 710    | 27,1              | 17      | 100,3            | 681                                       | 19                    |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |        |                   |         |                  |                                           |                       |
| 2008                          |                     | ПРЯНИКИ<br>(пряники заварные)                                                                                                                                                                                                                                 | 36     | 2,1               | 1,7     | 27               | 132                                       | 0                     |
| 2012                          | 401                 | СНЕЖОК<br>(снежок 2,5 % жирности)                                                                                                                                                                                                                             | 180    |                   |         |                  |                                           | 0                     |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                                                            | 100    | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                        | 10                    |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               | 316    | 2,5               | 2,1     | 36,8             | 179                                       | 10                    |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |        |                   |         |                  |                                           |                       |
| 2008                          | 265/1               | ПЛОВ ПЕРЛОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ<br>(говядина б/к, крупа перловая, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, томатная паста)                                                                                                                          | 200    | 9,6               | 8,8     | 21,6             | 204                                       | 1,2                   |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ<br>(огурцы соленые)                                                                                                                                                                                                                            | 50     | 0,4               | 0,1     | 0,9              | 7                                         | 2,5                   |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                            | 190/8  |                   |         | 7,8              | 31                                        | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                                                                      | 30     | 2,3               | 0,2     | 15,1             | 71                                        | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               | 478    | 12,3              | 9,1     | 45,4             | 313                                       | 3,7                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |        | 67                | 53,9    | 238,8            | 1736                                      | 35,9                  |

медсестра \_\_\_\_\_ Родина И.А.