

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ д/с  
"Голубок"

Шипицина О.Н.

## МЕНЮ

на 29.01.2025 г.

по столовой МАДОУ д/с "Голубок"

### Д/с Голубок

#### ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ТТК57	Каша пшенная молочная жидкая	0,180	12,05	5,47932	6,82395	25,32289	185,39
462(180)	Какао с молоком (масло, сыр)	0,180	16,87	6,39088	9,949	13,49732	171,56
Итого			28,92				

#### ЗАВТРАК 2

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
К(120)	Кефир	0,120	12,73	3,48	3	9,79	83,55
Итого			12,73				

#### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
419(050)	Соус томатный	0,050	3,49	0,6375	1,84	4,08	35,88
ТТК47/	Ленивые голубцы	0,140	63,34	17,00314	14,48506	15,77411	262,37
ТТК21(	Уха рыбацкая с морковью	0,180	15,50	4,81	1,76	10,65	77,96
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	0,180	1,58	0,027	0	10,287	40,91
Итого			83,90				

#### УПЛОТН.ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
152	картофель отварной	0,110	12,26	2,1	5,65	17,08	127,76
ТК 54-	Кукуруза сахарная	0,050	15,00	1,1	0,2	5,6	29
457	Чай с сахаром	0,180	0,85	0,18	0,0459	9,018	37,17
541(60)	Булочка ванильная	0,060	6,61	4,85063	5,18077	34,57161	207,12
Итого			34,71				

#### ХЛЕБ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Х(30/30/ 40)	Хлеб (батон 30, хлеб пш.30, хлеб бел.40)	0,100	11,46	7,49	1,55	49,7	244,3
Итого			11,46				
Итого по группе			171,74				

Зав. столовой \_\_\_\_\_

Экономист \_\_\_\_\_

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_

