

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ д/с  
"Голубок"

Шипицина О.Н.

## МЕНЮ

на 12.03.2025 г.

по столовой МАДОУ д/с "Голубок"

### Д/с Голубок

#### ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ТТК 61 (180)	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	0,180	13,15	5,69632	7,83715	22,65629	184,72
460	Чай с молоком	0,180	4,53	1,485	1,4859	11,133	64,17
X(20)п	хлеб пшеничный	0,020	1,79	1,52	0,16	9,84	47
86(20)	Повидло, джем, варенье(порциями)	0,020	4,31	0,1	0	14,32	55,2
Итого			23,79				

#### ЗАВТРАК 2

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
K(100)	Кефир	0,100	10,52	2,9	2,5	6,994	64,97
Итого			10,52				

#### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ТТК63(	Пюре картофельное	0,130	18,20	3,48273	4,59735	19,39528	133,47
403	Соус молочный к блюдам	0,050	6,11	1,73	3,44	4,61	56,87
303(70)	Суфле рыбное	0,070	21,53	11,84138	6,41164	2,32904	114,82
ТТК62(	борщ с капустой и картофелем	0,180	16,50	4,5382	3,91602	5,9958	77,78
ТТК51(	Компот из кураги	0,180	2,86	0,468	0,027	13,572	56,79
Итого			65,20				

#### УПЛОТН.ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
268(130)	Омлет натуральный	0,130	27,01	20,39979	23,3355	3,36601	305,47
Я(100)	Яблоко	0,100	13,00	0,4	0,4	9,8	47
457	Чай с сахаром	0,180	0,84	0,18	0,0459	9,018	37,17
Итого			40,86				

#### ХЛЕБ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
X(40/40)	Хлеб (хлеб пш.40, хлеб бел.40)	0,080	8,51	6	0,76	39,2	189,2
Итого			8,51				
Итого по группе			148,87				

Зав. столовой \_\_\_\_\_

Экономист \_\_\_\_\_

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_

