



30.06.
Меню на _____ 2025г

Утверждаю:

Заведующий МДОБУ «Тополек»

с. Покровка»

С.Н.Радзева

Прием пищи	Наименование	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность (ккал)	Вита мин С (мг)	Соль йод	№ рецеп туры
					Б	Ж	У				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
День 1											
Завтрак: 1	Каша манная	200			4,473	6,665	25,699	166,39			№ 1
	манка		30	30							
	сахар		2	2							
	масло сл. 72%		2	2							
	молоко 3,2%		170	170							
	Чай с лимоном	180			0,126	-	10,484	42,04			№ 44
	чай		0,75	0,75							
	лимон		14	14							
	сахар		15	15							
	Хлеб Рябинушка	20	20	20	1,155	0,6	9,96	52,4			
	Масло сл. 72%	7	7	7	0,10	5,8	0,08	52,88			
	Сыр «Российский»	10	10	10	1,15	1,45	-	18,8			
Всего за 1 завтрак					7	14,52	46,22	332,51			
Завтрак: 2	Ряженка	113	113	113	3,1	2,8	4,6	57,63			
Всего за 2 завтрака					10,1	17,32	50,82	390,14			
Обед:	Салат «Витаминный»	60			2,199	2,998	4,905	37,79			№ 6
	капуста		80	50							
	масло растительное		3	3							
	лук		10	7							
	Борщ со сметаной	200			4,391	8,243	17,012	139,31			№ 12
	капуста		80	50							
	мясо говядина 1 кат.		30	20							
	картофель		80	50							
	свекла		30	20							
	морковь		30	20							
	масло сл. 72%		2	2							
	масло растительное		2	2							
	сметана		9	9							
	лук		10	7							
	томат		3	3							
	Картофельное пюре	150			2,853	3,787	26,119	131,01			№ 19
	картофель		180	120							
	молоко 3,2%		30	30							
	масло сл. 72%		3	3							

Прием пищи	Наименование	Выход блюда	Брутто	Нетто	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)	Вита мин С (мг)	Соль йод	№ рецеп туры
					Б	Ж	У				
	Котлета	75			10,083	10,347	3,504	130,35			№ 25
	мясо говядина 1 кат.		70	60							
	лук		15	10							
	хлеб пшеничный		5	5							
	масло растительное		3	3							
	яйцо		1/4	1/4							
	Компот из кураги	180			0,52	-	16,57	64,9			№ 30
	курага		10	10					0,05		
	сахар		15	15							
	Хлеб ржаной	37	37	37	1,98	1,65	10,26	54,3			
	Хлеб пшеничный	35	35	35	2,31	1,05	17,43	91,7			
Всего за обед					24,34	28,08	95,8	649,36			
Полдник:	Сок яблочный	150	150	150	0,8	-	18,72	75,2			
	Пудинг творожный				7,393	6,955	25,879	229,46			№ 39
	манка		13	13							
	масло сл. 72%		3	3							
	яйцо		1/4	1/4							
	молоко 3,2%		40	40							
	сгущенное молоко		20	20							
	творог		75	75							
	груша	80	80	80	0,4	6,95	10,3	42			
Всего за полдник					8,59	6,96	54,91	346,7			
Итого за первый день					43,03	52,35	201,9	1386,2	0,050	0,004	

Завхоз И.Б. Алимova

Повар А.В. Карпенко