

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А. /

МЕНЮ

29 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	25	1,5	5,6	10	97	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,6	6,4	24,8	179	1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	145	3,4	3,7	10,4	89	0,6
Итого			325	10,5	15,7	45,2	365	1,6
II Завтрак								
		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" (напиток кисло-молочный "снежок")	167	4,4	4,1	17,5	128	0
Итого			167	4,4	4,1	17,5	128	0
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ с мясом и сметаной (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, свинина мясная, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,2	7,9	13,5	146	5,5
		"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ (свинина мясная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, соль йодированная, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста)	120/30	11,2	18,2	13,2	261	0,81
2012	339	СВЕКЛА, ТУШЕНАЯ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	60	0,8	1,1	4,5	30	2,1
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	200	0,3	0,1	9,5	46	35,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			630	18,9	27,6	57,2	563	44,01
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности)	135	16,1	12,3	21,3	263	0,3
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,4	22	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	26	1,5	1,2	19,2	94	0
Итого			361	19,2	14,1	55,6	429	0,3
Всего				53	61,5	175,5	1485	45,91

повар _____

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

Колтунова О. А./

МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	26	1,5	6,4	10,1	104	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7	9,3	27,1	221	0,8
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	185	4,8	5,1	14	122	0,8
Итого			411	13,3	20,8	51,2	447	1,6
II Завтрак								
		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" (напиток кисломолочный "снежок")	150	4,1	3,8	16,2	119	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
Итого			150	4,1	3,8	16,2	119	0
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ с мясом и сметаной (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, свинина мясная, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	5,5	11,3	17,3	196	6,7
2019		СУП С КРУПНОЙ ПЕРЛОВОЙ И МЯСОМ (аллергии) (свинина мясная, крупа перловая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	210	6,1	12,8	14,3	198	0,6
		"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ (свинина мясная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, соль йодированная, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста, сахар песок)	150/30	13,4	21,2	17,2	312	1
		"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ (аллергии) (свинина мясная, крупа рисовая, лук репчатый, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	200	16,1	27,3	15,4	372	0,4
2012	339	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	80	0,9	1,1	5,1	33	2,4
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,4	0,2	12,4	61	48,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			660	23,3	34,2	72,6	702	58,3
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	135/25	21,2	17,1	28,7	357	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	90	4,9	3,2	31,6	175	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	30	2,2	0,9	14,6	76	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (аллергии) (хлеб ржаной "дарницкий")	25	1,5	0,2	10,3	50	0
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	35	2,1	1,6	26,3	128	0
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергии) (печенье овсяное)	20					0
Итого			422	25,7	19,7	84,6	621	0,3
Всего				66,4	78,5	224,6	1889	60,2

повар _____