



Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А./

МЕНЮ
3 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,4	7,2	25,8	195	0,7
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	185	4,1	4,3	12	105	0,7
Итого			411	12	17,9	47,9	404	1,4
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	180	2,7	0,9	38,4	175	18,3
Итого			180	2,7	0,9	38,4	175	18,3
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ с курицей и сметаной (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 15% жирности)	200	5,9	7,3	17,6	164	6,7
2019		СУП С КРУПНОЙ ПЕРЛОВОЙ И КУРИЦЕЙ (аллергии) (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, крупа перловая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	5	5	11,1	110	0,8
2008	285	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ с томатным соусом (свинина мясная, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	140/50	13,1	27,6	20,2	382	1,34
2012	339	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, соль йодированная)	80	1,3	3,2	9	70	3
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ (аллергии) (свинина мясная, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	150	11,4	25,7	18,6	353	0,4
2012	398	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ (смородина черная, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		8,5	35	8,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			700	23,5	38,5	75,9	751	19,64
Полдник								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба пикша, хлеб пшеничный "подмосковный", вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	50	11,8	3,4	8,8	113	0,6
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	125	3,3	4,9	19,3	136	9
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергии) (крупа рисовая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	110	2,7	3,3	28,4	154	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
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергии) (печенье овсяное)	20					0
Итого			402	17,5	9,3	57,7	385	9,6
Всего				55,7	66,6	219,9	1715	48,94

повар _____



Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А../

МЕНЮ
3 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,4	7	19,7	164	0,7
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,1	4,4	11,3	102	0,7
Итого			355	11	17	41	363	1,4
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	180	2,7	0,9	37,8	173	18
Итого			180	2,7	0,9	37,8	173	18
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 15% жирности)	180	4,7	5,2	13,1	121	5,4
2008	285	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ и томатным соусом (свинина мясная, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	120/40	11,2	23,5	15,6	318	1,06
2012	339	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	60	0,8	1,1	4,5	30	2,1
2008	440	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ (смородина черная, сахар песок, вода питьевая)	150	0,1		7,8	32	7,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			590	19,2	30,1	57,5	581	15,76
Полдник								
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба пикша, хлеб пшеничный "подмосковный", вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	50	10,3	2,4	8,6	96	0,4
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	80	1,9	2,8	15,8	96	8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170/5			5,1	21	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
Итого			325	13,7	5,8	39,2	263	8,4
Всего				46,6	53,8	175,5	1380	43,56

повар _____