

Утверждаю

заведующий
МДОУ "Детский сад "ДЮИМОВОЧКА"
/ Колтунова О. А. /

МЕНЮ

4 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,1	7,5	18,9	163	1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170/5	0,1		5	20	0,01
Итого			355	6,7	13,1	33,9	280	1,01
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	160	0,6	0,6	15,7	75	16
Итого			160	0,6	0,6	15,7	75	16
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сметана 15% жирности)	180	4,4	6,8	13,6	136	6,7
2001	1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ ГОВЯЖЬЕЙ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	95	21	11,2	9,5	245	12,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	80	3,6	4,2	16,5	118	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 (вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сахар песок)	50	0,5	1	3,3	24	0,7
		КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ (смородина черная, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6,2	26	7,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			625	32	23,5	65,6	629	27,3
Полдник								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, свинина мясная)	150	8,5	15	9,1	207	27,3
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5	20	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	30	2,2	0,9	14,6	76	0
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,8	5,1	35,6	208	0
Итого			410	15,6	21	64,3	511	27,3
Всего				54,9	58,2	179,5	1495	71,61

повар _____

Утверждаю

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"
 заведующий
 / Коптунова О. А./

МЕНЮ

4 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,7	9,1	21,8	197	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
Итого			423	8,4	15,6	46,9	361	0,8
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	160	0,6	0,6	15,9	76	16,2
2008		БАНАН (аллергии) (банан)	200	3	1	42	192	20
Итого			160	0,6	0,6	15,9	76	16,2
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сметана 15% жирности)	200	4,6	9,1	16,2	169	7,8
2008	107	СУП С КРУПОЙ РИСОВОЙ и мясом (аллергии) (крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, свинина мясная)	200	5,8	12,8	15,8	201	0,6
2001	1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ ГОВЯЖЬЕЙ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	100	25,1	12,4	10,1	277	16
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ (аллергии) (свинина мясная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	80	14,1	35,2	1,5	380	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	4,9	5,3	21,9	155	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 (вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная)	50	0,5	1,9	2,7	31	0,9
		КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ (смородина черная, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		7,6	32	8,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			690	38,3	29,1	79,1	764	33,2
Полдник								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, свинина мясная)	150	10,5	19,4	11,8	265	29,3
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	1	15,1	78	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (аллергии) (хлеб ржаной "дарницкий")	25	1,5	0,2	10,3	50	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	6,2	6,9	40,8	250	0,1
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергии) (печенье овсяное)	20					0
Итого			437	19,1	27,4	82,7	653	29,4
Всего				66,4	72,7	224,6	1854	79,6

повар _____