



Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А./

МЕНЮ

7 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								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	125	2,7	2,2	17,4	101	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	15	1,1	1,5	11,2	63	0
Итого			337	4	3,8	43,6	224	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	145	0,7	0,1	14,8	63	2,9
Итого			145	0,7	0,1	14,8	63	2,9
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с мясом (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, свинина мясная, соль йодированная)	180	4,1	7	9,4	119	14,2
2008	266	ПЛОВ С МЯСОМ (свинина мясная, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	130	9,6	20,4	26,9	330	0,7
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ (смородина черная, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		6,5	27	7,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			530	16,2	27,7	59,3	556	22,1
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко- сливочное несоленое)	150	11,1	15,1	2,5	190	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170/5	0,1		5,2	21	0,01
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	140	0,6	0,6	13,7	66	14
Итого			485	13,3	16,3	31,1	327	14,21
Всего				34,2	47,9	148,8	1170	39,21

повар _____



Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А../

МЕНЮ
7 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								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное неспелое)	130	3,8	2,9	24	137	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	2	2,6	19,6	110	0
Итого			352	6	5,6	58,6	307	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,3	65	3
2008	442	СОК ГРУШЕВЫЙ (аллергики) (сок грушевый)	100			13	52	0
Итого			150	0,8	0,2	15,3	65	3
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с мясом (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, свинина мясная, соль йодированная)	200	5,3	9,7	11,9	156	18,6
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ без картоф. (аллергики) (капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	1,8	3	4,8	54	16,5
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ (свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная)	150	11,6	24,7	31,6	395	1,6
2012	375	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ (смородина черная, сахар песок, вода питьевая)	200	0,1		7,6	32	8,5
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			600	20,1	34,8	71,7	683	28,7
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное неспелое)	110	8,4	12,1	1,8	149	0,2
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ (аллергики) (свинина мясная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	80	14,3	35,2	2,2	384	0,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	40	2,9	1,2	19,5	101	0
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергики) (печенье овсяное)	20					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	145	0,6	0,6	14,7	71	15,1
2008		БАНАН (аллергики) (банан)	200	3	1	42	192	20
Итого			492	12,1	14	51	381	15,3
Всего				39	54,6	196,6	1436	47

псвар _____