

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮИМОВОЧКА"

Колтунова О. А../

МЕНЮ

10 июня 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,8	7,4	18,1	162	0,8
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,8	5	12,4	115	0,8
Итого			360	12,1	18	40,5	374	1,6
II Завтрак								
		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" (напиток кисломолочный "снежок")	154	4,1	3,7	16,1	118	0
Итого			154	4,1	3,7	16,1	118	0
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, брокеры щиплята потрош. 1 категории, сметана 15% жирности)	180	6,7	6,8	13,2	144	5,8
		"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ (свинина мясная, говядина блк, крупа рисовая, лук репчатый, соль йодированная, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная вышн.сорт, морковь, томатная паста, сахар песок)	120/30	11,1	19	13,6	269	0,9
2012	339	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	60	0,8	1,1	4,5	30	2,1
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	180	0,6		12,7	55	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			610	21,6	27,2	60,5	578	9
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, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	130	17,5	13,4	20,9	276	0,3
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		5,3	22	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ (хлеб пшеничный "подмосковный", повидло)	20/15	1,6	0,6	19,6	90	0
Итого			345	19,2	14	45,8	388	0,3
Всего				57	62,9	162,9	1458	10,9

повар _____

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А. /

МЕНЮ

10 июня 2025 г.
Сад 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")	30/7	2,3	6,7	15,2	130	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	6,3	7,3	22,6	182	0,8
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	175	4,6	4,9	13,6	118	0,8
Итого			412	13,2	18,9	51,4	430	1,6
II Завтрак								
		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" (напиток кисломолочный "снежок")	174	4,6	4,3	18,3	134	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
Итого			174	4,6	4,3	18,3	134	0
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, брокеры шпиката порох. 1 категории, сметана 15% жирности)	200	8,1	9,5	17,4	192	7
2019		СУП С КРУПНОЙ ПЕРЛОВОЙ И МЯСОМ (аллергии) (свинина мясная, крупа перловая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	5,1	10,2	11,1	157	0,6
		"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ (свинина мясная, говядина бл., крупа рисовая, лук репчатый, соль йодированная, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, 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.))	175	13,7	25	15,2	341	0,4
2012	339	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	80	0,9	1,1	5,1	33	2,4
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	200	0,6		15,9	67	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			710	26,1	32,2	76,2	704	10,6
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сусло пивоваренное, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, сметана 15% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	140/25	22,7	18,1	28,6	374	0,4
2008	265	ПЛОВ (аллергии) (свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, соль йодированная)	150	9,6	21,4	26,6	338	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ (хлеб пшеничный "подмосковный", повидло)	30/20	2,3	0,9	27,4	127	0
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергии) (печенье овсяное)	20					0
Итого			412	25,2	19,1	71	561	0,4
Всего				69,1	74,5	216,9	1829	12,6

повар _____