



Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"
/ Колтунова О. А. /

МЕНЮ
17 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")	27	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	7	8,6	22,4	196	0,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	200	1,5	1,3	22,4	107	1
Итого			427	10	16,3	54,9	407	1,8
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	160	4,5	4	7,2	91	1,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
Итого			160	4,5	4	7,2	91	1,1
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ с курицей и сметаной (картофель, бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, огурцы соленые, морковь, лук репчатый, крупа перловая, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности)	200	6,6	7,9	20	184	7,7
2019		СУП С КРУПНОЙ ПЕРЛОВОЙ И МЯСОМ (аллергики) (свинина мясная, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	4,7	10,1	12,2	160	0,6
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, хлеб пшеничный "подмосковный", молоко пастер. 3,2% жирности, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	60	13,3	12,5	8,8	200	0,8
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ (крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста)	110	3,2	6,4	31	195	0,84
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,5	0,1	28,5	118	0
Итого			600	26,7	27,3	108,9	797	9,34
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)	130/20	20,9	14,8	24	319	0,3
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ и кашей рисовой (аллергики) (свинина мясная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, крупа рисовая)	80	13,5	31,9	23,5	436	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/6			6,8	27	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	30	2,2	0,9	14,6	76	0
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергики) (печенье овсяное)	20					0
2008		БАНАН (банан)	180	2,7	0,9	37,8	173	18
Итого			556	25,8	16,6	83,2	595	18,3
Всего				67	64,2	254,2	1890	30,54

повар _____