

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

9 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с сахаром (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, масло сладко- сливочное несоленое)	80	4,3	4,3	22,4	145	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170/5	0,1		5	20	0,01
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	15	1,1	1,5	11,2	63	0
Итого			270	5,5	5,8	38,6	228	0,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	14,9	65	3
Итого			150	0,8	0,2	14,9	65	3
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	30	0,6	2,7	2,3	36	2,1
2012	62	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И ИСМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	180	5,1	5,2	11,9	118	12,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/х, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	150	10,4	9,7	25,7	232	13
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			550	18,5	17,9	61,3	485	27,5
Полдник								
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	120	3,5	4,7	22,5	147	1
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5	20	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			430	10,6	10,3	47,3	327	11
Всего				35,4	34,2	162,1	1105	41,51

повар _____

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

Колтунова О. А./

МЕНЮ

9 июня 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с сахаром (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, масло сладко- сливочное несоленое)	100	4,9	5,3	26,8	174	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	2,5	19,3	108	0
Итого			322	7,1	7,9	61,1	342	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,3	65	3
2008	442	СОК ГРУШЕВЫЙ (аллергии) (сок грушевый)	200			26	104	0
Итого			150	0,8	0,2	15,3	65	3
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	40	0,7	3,5	3	47	2,7
2012	62	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыпята потрош. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	250	6,7	7,8	16	166	15,9
2012	62	БОРЩ С КУРИЦЕЙ без картофеля (аллергии) (бройлеры цыпята потрош. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	200	7,5	8,7	8,1	142	13,4
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная)	170	12,6	11,4	28,7	268	14,3
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ и рисом (аллергии) (свинина мясная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, крупа рисовая)	80	15,7	35,4	16,5	448	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,5	0,1	28,5	118	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			690	23,6	23,2	96,8	699	32,9
Полдник								
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	150	4,8	5,8	30	192	1,3
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергии) (крупа рисовая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	110	2,7	3,3	28,4	154	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	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
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	160	0,7	0,7	16,5	79	16,8
Итого			577	13	12,1	76,4	470	18,1
Всего				44,5	43,4	249,6	1576	54

повар _____