

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 мая 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,7	6,3	17,9	148	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	3,2	3,5	10,4	87	0,6
Итого			325	9,4	15,4	38,3	332	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	125	0,5	0,5	12,3	59	12,5
Итого			125	0,5	0,5	12,3	59	12,5
Обед								
2019		СУП С КРУПОЙ РИСОВОЙ И МЯСОМ (свинина мясная, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста)	180	4,1	8,5	12,6	144	1
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА (говядина б/к, хлеб пшеничный "подмосковный", сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	50	10,2	9,7	7,9	159	0
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	150	3,8	2,2	12,7	88	33,4
2012		КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	150			19,2	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			570	20,5	20,7	68,9	548	34,4
Полдник								
2012	319	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	135	3,5	4,5	18,3	129	8,3
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,1		6,1	25	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	50	5,7	3,5	39,2	210	0
Итого			425	15,9	13,2	73,6	477	8,8
Всего				46,3	49,8	193,1	1416	56,9

повар _____



Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А./

МЕНЮ
15 мая 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7	7,8	27,7	209	0,8
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,3	4,7	14,2	117	0,8
Итого			406	12,8	18,9	52	430	1,6
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,5	0,5	12,6	60	12,9
Итого			130	0,5	0,5	12,6	60	12,9
Обед								
2019		СУП С КРУПОЙ РИСОВОЙ И МЯСОМ (свинина мясная, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста)	200	5,2	11,2	16,2	186	1
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА (говядина б/к, хлеб пшеничный "подмосковный", молоко пастер. 3,2% жирности, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	60	11,9	10,8	11,3	189	0
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ СВИНИНЫ (аллергики) (свинина мясная, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное)	50	9,1	21,3	3,8	244	0,4
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	150	4,3	3,2	14,6	107	37,2
2012		КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	180			24,3	97	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			640	24,5	25,6	87	679	38,2
Полдник								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	155	3,5	5,1	19,5	139	9
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	90	4,9	4,2	21,9	145	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	190/7			8	33	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (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
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	60	6	7,3	43,1	262	0
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергики) (печенье овсяное)	20					0
Итого			482	16,8	17,9	85,5	573	9,8
Всего				54,6	62,9	237,1	1742	62,5

повар _____