

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 мая 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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	25	1,5	5,6	10	97	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	3,9	5,8	15,7	131	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	4,5	4,8	12,7	113	0,8
Итого			330	9,9	16,2	38,4	341	1,2
II Завтрак								
2012		КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	150			19,8	79	0
Итого			150			19,8	79	0
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, соль йодированная, сметана 15% жирности)	180	4,9	5,3	14,2	127	5,5
2001	1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ ГОВЯЖЬЕЙ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	75	10	5,7	6	126	7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с соусом томатным (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста)	80/30	4,6	6,9	22,2	169	1,14
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	200	0,6		12,7	55	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			605	22,5	18,2	71,6	557	13,84
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	110/15	15,2	10,1	19,1	233	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/5	0,1		5,4	23	0,51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
2008		БАНАН (банан)	170	2,6	0,9	35,7	163	17
Итого			500	19,4	11,6	69,9	469	17,81
Всего				51,8	46	199,7	1446	32,85

повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 мая 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	6,7	8,3	21,8	190	0,8
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	200	4,4	4,7	14,3	118	0,8
Итого			427	12,6	19,4	46,2	412	1,6
II Завтрак								
2012		КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	180			23,1	92	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
Итого			180			23,1	92	0
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ с мясом и сметаной (картофель, говядина б/к, огурцы соленые, морковь, лук репчатый, крупа перловая, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности)	200	6,6	7,9	19,9	182	7,4
2019		СУП С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ И МЯСОМ (аллергики) (говядина б/к, крупа перловая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	215	6,5	7	14,3	147	0,6
2001	1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ ГОВЯЖЬЕЙ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	100	13,6	8,5	9,7	185	9,6
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ (аллергики) (говядина б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	80	14,9	15,3	2,2	207	0,9
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с соусом томатным (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста)	90/30	5,8	7,5	27,3	200	1,14
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	200	0,6		14,9	63	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			670	29,7	24,3	92,4	730	18,34
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	130/20	20,1	14,2	24	310	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	190/7			7	29	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
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергики) (печенье овсяное)	20					0
2008		БАНАН (банан)	180	2,7	0,9	37,8	173	18
Итого			557	25	16	83,4	588	19,1
Всего				67,3	59,7	245,1	1822	39,04

повар _____