

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,6	6,4	24,8	179	1
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5	20	0
Итого			330	7,2	12	39,8	296	1
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								
2019		СУП С КРУПОЙ РИСОВОЙ И МЯСОМ (свинина мясная, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста)	180	4,1	8,5	11,8	140	0,7
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ с мясом (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, свинина мясная, масло подсолнечное рафинированое)	150	10,3	21,9	17,2	308	24,2
2012		КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	150			19,5	78	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			520	16,8	30,7	65	606	24,9
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 рафинированое)	130	3	3,8	19,1	124	0,9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,8	5,1	13	119	0,9
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое)	50	4,7	5,1	32,1	193	0
Итого			400	17,6	18,6	64,5	499	1,8
Всего				42,4	61,5	184,2	1466	30,7

повар _____

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А. /

МЕНЮ

21 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,8	7,4	25,3	195	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
Итого			423	8,5	13,9	50,4	359	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	14,9	65	3
		СОК ГРУШЕВЫЙ (аллергики) (сок грушевый)	200			25,2	101	0
Итого			150	0,8	0,2	14,9	65	3
Обед								
2019		СУП С КРУПОЙ РИСОВОЙ И МЯСОМ (говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста)	200	6,3	7	16,2	152	1
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, соль йодированная, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, свинина мясная)	180	12,6	22,8	22,3	347	30,1
2012		КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	180			24,2	97	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			610	22	30,2	83,3	696	31,1
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	4,2	6,6	26,4	182	1,3
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,4	4,7	14,3	117	0,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	6,6	7,7	42,4	265	0,1
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергики) (печенье овсяное)	20					0
Итого			430	20,3	23,6	83,4	627	2,2
Всего				51,6	67,9	232	1747	37,1

повар _____