

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А../

МЕНЮ

26 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Вых.	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	7,1	8,2	21,3	189	0,9
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	4,8	5,1	13	119	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	15	1,1	1,5	11,2	63	0
Итого			320	13	14,8	45,5	371	1,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	140	0,7	0,1	14,6	62	2,9
Итого			140	0,7	0,1	14,6	62	2,9
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	30	0,5	2,5	2,2	34	2
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	5,5	5,2	16,3	138	14,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (свинина мясная, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	150	9	16,4	27,7	296	13,9
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	180	0,6		12,5	54	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			580	18	24,4	75,2	602	30,6
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)	160	0,6	0,6	15,7	75	16
Итого			490	10,8	10,5	53,2	355	17
Всего				42,5	49,8	188,5	1390	52,3

повар _____

Утверждаю
заведующий
МДОУ "Детский сад "ДЮИМОВОЧКА"
Коптунова О. А./

МЕНЮ
26 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								
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ молочная (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	8,5	8,8	27,5	225	0,9
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	5	5,4	15,4	133	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	24	1,9	2,4	18,5	103	0
Итого			404	15,4	16,6	61,4	461	1,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	14,9	65	3
2008	442	СОК ГРУШЕВЫЙ (аллергики) (сок грушевый)	200			26	104	0
Итого			150	0,8	0,2	14,9	65	3
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	30	0,6	2,9	2,5	38	2,3
2012	62	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	250	7	7,8	19,3	180	17,6
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ без картофеля (аллергики) (свинина мясная, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	200	6,3	13,7	8,1	182	13,2
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (свинина мясная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная)	170	11,9	23	28,7	370	14,3
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ и рисом (аллергики) (свинина мясная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, крупа рисовая)	80	15,7	35,4	16,5	448	0,9
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	200	0,6		14,8	63	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "двуринский")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			700	23,2	34,1	85,9	751	34,4
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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5	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
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (аллергики) (хлеб ржаной "двуринский")	25	1,5	0,2	10,3	50	0
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	170	0,7	0,7	16,8	81	17,1
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергики) (печенье овсяное)	20					0
Итого			587	13	12,1	76,7	472	18,4
Всего				52,4	63	238,9	1749	57,6

повар _____