

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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	190	КАША "ДРУЖБА" молочная (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	4,7	6,4	18,8	152	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	3,4	3,7	11	92	0,6
Итого			325	9,6	15,7	39,8	341	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	140	0,7	0,1	14,3	61	2,8
Итого			140	0,7	0,1	14,3	61	2,8
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горохом лущеным) и мясом (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, свинина мясная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	7,4	8,8	16,6	176	4,6
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба минтай филе, хлеб пшеничный "подмосковный", молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	55	15,5	3,8	5,7	119	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	4,9	5,7	29,6	190	13,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,1	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			555	30,2	18,6	73,5	586	19,1
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	130	9,8	13,1	6,7	184	0,3
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы)	20	0,6		1,3	8	0,8
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5,2	21	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ (хлеб пшеничный "подмосковный", повидло)	20/15	1,6	0,6	19,5	90	0
Итого			335	12,1	13,7	32,7	303	1,1
Всего				52,6	48,1	160,3	1291	24,2

повар _____

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"

/ Колтунова О. А./

МЕНЮ

28 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	190	КАША "ДРУЖБА" молочная (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	6,2	8,3	24,8	199	0,8
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,4	4,7	14,5	119	0,8
Итого			406	12,1	19,4	49,4	422	1,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	140	0,7	0,1	14,6	62	2,9
		СОК ГРУШЕВЫЙ (аллергики) (сок грушевый)	100			12,6	50	0
Итого			140	0,7	0,1	14,6	62	2,9
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, свинина мясная)	200/15	8,7	9,9	20,3	205	5,4
2008	99	СУП С БОБОВЫМИ и мясом (аллергики) (горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, свинина мясная, соль йодированная)	180	8,4	11,3	11,5	182	0,9
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба минтай филе, хлеб пшеничный "подмосковный", молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, соль йодированная)	70	18,9	5,7	6,7	153	0,7
2008		БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ (аллергики) (свинина мясная, яйца куриные (шт.), соль йодированная, лук репчатый)	60	10,9	21,6	0,9	243	0,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	140	4,9	6,2	30,6	199	14,6
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики) (крупа рисовая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	110	2,7	3,3	28,4	154	0
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			655	36,1	22,3	106,7	775	20,7
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт)	180	12,4	15,9	9,6	231	0,2
2008	267	ПЛОВ С МЯСОМ (аллергики) (свинина мясная, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	160	9,5	21,4	23,9	326	1
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы)	25	0,7		1,5	9	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ПОВИДЛОМ (хлеб пшеничный "подмосковный", повидло)	40	3	1,2	32,7	154	0
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергики) (печенье овсяное)	20					0
Итого			442	16,3	17,2	58,8	454	1,1
Всего				65,2	59	229,5	1713	26,3

повар _____