

Утверждаю

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

## МЕНЮ

25 сентября 2024 г.  
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	26	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	6,1	7,8	21,3	182	0,9
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	155	4,8	5,1	13,1	119	0,9
<b>Итого</b>			<b>331</b>	<b>12,4</b>	<b>18,5</b>	<b>44,4</b>	<b>398</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	160	0,7	0,7	16,2	78	16,5
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>0,7</b>	<b>0,7</b>	<b>16,2</b>	<b>78</b>	<b>16,5</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	45	0,4		1,2	7	4,9
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ на курином бульоне (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	8,1	7	16,5	163	4,8
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба треска потрошенная обезглавленная, хлеб пшеничный "подмосковный", молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	55	18,4	4,9	5,7	140	0,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	3,3	3,9	26,9	156	13,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>32,6</b>	<b>16,1</b>	<b>71,7</b>	<b>565</b>	<b>24,1</b>
<b>Полдник</b>								
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5	20	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ с сыром (хлеб пшеничный "подмосковный", сыр российский)	20/18	5,6	5,8	9,7	115	0
<b>Итого</b>			<b>188</b>	<b>5,7</b>	<b>5,8</b>	<b>14,7</b>	<b>135</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
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)	75	10,4	15	4	193	0
		КУКУРУЗА САХАРНАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	30	1	0,1	1,9	12	1,3
		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
<b>Итого</b>			<b>275</b>	<b>13</b>	<b>15,7</b>	<b>20,6</b>	<b>275</b>	<b>1,3</b>
<b>Всего</b>				<b>64,4</b>	<b>56,8</b>	<b>167,6</b>	<b>1451</b>	<b>43,7</b>

медсестра \_\_\_\_\_ Золотавина Е. А.

повар \_\_\_\_\_

# МЕНЮ

25 сентября 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	37	2,3	6,7	15,2	130	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	8,4	24,8	200	0,8
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,4	4,8	14,4	119	0,8
<b>Итого</b>			<b>417</b>	<b>12,9</b>	<b>19,9</b>	<b>54,4</b>	<b>449</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	165	0,7	0,7	16,4	79	16,7
2008		БАНАН (аллергики) (банан)	200	4	1,3	55,7	254	26,5
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>0,7</b>	<b>0,7</b>	<b>16,4</b>	<b>79</b>	<b>16,7</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,4	0,1	1,4	8	5,5
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ на курином бульоне (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	200/15	10,7	9,7	21	215	5,9
2008	99	СУП С БОБОВЫМИ на курином бульоне (аллергики) (горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная)	180	9,5	7,1	11,5	148	1,1
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба треска потрошенная обезглавленная, хлеб пшеничный "подмосковный", молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, соль йодированная)	70	20,9	6,8	6,4	170	1
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР (аллергики) (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), соль йодированная, лук репчатый)	70	19,6	17	1,1	236	1
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	140	5	6,3	30,7	201	14,7
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			5,7	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>40,1</b>	<b>23,3</b>	<b>85,8</b>	<b>717</b>	<b>27,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ с сыром (хлеб пшеничный "подмосковный", сыр российский)	30/25	7,8	8,1	14,6	165	0,1
<b>Итого</b>			<b>252</b>	<b>8</b>	<b>8,2</b>	<b>29,6</b>	<b>225</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
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)	110	12,5	17,6	9,7	247	0,3
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (аллергики) (яйца куриные (шт.))	80	9,9	9	0,6	123	0
		КУКУРУЗА САХАРНАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	35	1,1	0,1	2,1	13	1,4
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 "дарницкий")	25	1,5	0,2	10,3	50	0
<b>Итого</b>			<b>372</b>	<b>16</b>	<b>18,7</b>	<b>41,4</b>	<b>396</b>	<b>1,7</b>
<b>Всего</b>				<b>77,7</b>	<b>70,8</b>	<b>227,6</b>	<b>1866</b>	<b>47,2</b>

медсестра \_\_\_\_\_ Золотавина Е. А.

повар \_\_\_\_\_