

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./

МЕНЮ

21 июля 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	189	КАША РИСОВАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности (0,38), соль йодированная)	180	2,41	1,43	22,44	112,32	0,06
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,07	0,00	6,92	27,90	0,01
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
Итого			391	4,45	6,57	41,97	244,43	0,07
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ (горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, картофель , хлеб ржаной , соль йодированная, бройлеры цыпята потрош. 1 категории)	150/10	6,79	5,04	14,86	131,98	3,14
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыпята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный , молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	50	9,88	10,10	3,60	145,05	0,77
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель , молоко пастер. 2,5% жирности)	110	2,50	0,88	16,72	85,08	8,09
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			500	21,16	16,28	53,71	446,52	12,00
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
Итого			205	6,91	6,72	26,66	196,03	0,94
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия 1 сорт вермишель, вода питьевая, творог , яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	130	15,76	9,25	18,19	221,95	0,15
2012	351	СОУС СЛАДКИЙ (вода питьевая, кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	50	0,00	0,00	1,54	6,18	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,48	2,09	10,79	72,57	0,42
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный *)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			380	19,77	11,46	40,56	348,06	0,57
Всего				52,29	41,03	162,90	1 235,04	13,58

медицинская сестра

Левина О. Н

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./

МЕНЮ

21 июля 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	189	КАША РИСОВАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности (0,38), соль йодированная)	200	2,83	1,57	26,62	132,00	0,06
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,11	0,00	8,93	36,17	0,02
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	33	2,46	0,20	16,22	76,56	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,08	6,62	0,08	59,85	0,00
Итого			441	5,48	8,39	51,85	304,58	0,08
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ (горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, картофель , хлеб ржаной , соль йодированная, бройлеры цыпльата потрош. 1 категории)	200/10	7,72	6,39	16,38	153,93	3,46
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыпльата потрош. 1 категории, хлеб пшеничный , молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	60	11,38	12,35	3,60	171,33	0,83
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель , молоко пастер. 2,5% жирности)	130	2,97	1,16	18,79	97,85	8,96
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	37	2,43	0,32	15,54	74,79	0,00
Итого			637	24,50	20,22	62,05	528,86	13,25
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	229	6,44	5,55	10,66	119,89	1,19
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
Итого			254	8,29	7,90	28,94	221,64	1,19
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,45	1,00	2,60	21,12	1,22
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия 1 сорт вермишель, вода питьевая, творог , яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	150	20,97	11,96	22,16	283,90	0,20
2012	351	СОУС СЛАДКИЙ (вода питьевая, кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	50	0,00	0,00	1,54	6,18	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,79	2,34	12,28	82,15	0,47
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	28	2,16	0,18	14,22	67,09	0,00
Итого			458	26,37	15,48	52,80	460,44	1,89
Всего				64,64	51,99	195,64	1 515,52	16,41

медицинская сестра

Левина О. Н