



МЕНЮ

29 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная)	200	5,88	3,33	25,09	154,59	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,43	1,94	11,48	73,68	0,42
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	10,85	12,09	52,87	364,68	0,99
Обед								
2008	75	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО МЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная , морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, картофель , сметана 12% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200/9	5,41	7,58	9,28	132,28	8,77
2008	311	ПЛОВ С МЯСОМ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	200	13,57	12,04	34,40	300,71	1,83
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)	47	3,09	0,41	19,78	95,18	0,00
Итого			656	22,07	20,03	71,20	559,13	10,60
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	188	5,29	4,56	8,75	98,46	0,98
2008	471	БУЛКА ВИТУШКА (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи (0,01), соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,86	4,34	27,61	168,89	0,10
Итого			248	10,15	8,90	36,36	267,35	1,08
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай са/м.б/г 15%, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый)	80	14,15	5,14	2,60	113,66	0,68
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель , молоко пастер. 2,5% жирности)	130	3,16	1,19	20,35	105,09	9,75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,11	0,00	7,00	28,43	0,02
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	33	2,54	0,21	16,72	78,93	0,00
Итого			443	19,96	6,54	46,67	326,11	10,45
Всего				63,03	47,56	207,10	1 517,27	23,12

медицинская сестра

Левина О. Н.

Левина О. Н

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./

МЕНЮ

29 июля 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	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,32	3,19	21,36	136,23	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,11	1,70	9,12	60,62	0,36
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
Итого			391	9,34	10,03	42,71	299,28	0,93
Обед								
2008	75	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО МЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная , морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, бройлеры цыпльята потрош. 1 категории, картофель , сметана 12% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150/9	4,94	6,13	9,13	116,07	9,05
2008	311	ПЛОВ С МЯСОМ ПТИЦЫ (бройлеры цыпльята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная)	150	11,32	9,73	26,65	239,72	1,22
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			499	18,91	16,21	59,52	464,46	10,27
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2008	471	БУЛКА ВИТУШКА (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи (0,01), соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,28	4,24	24,22	152,12	0,10
Итого			200	8,50	7,88	31,20	230,69	0,88
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай св/м.б/г 15%, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый)	60	11,62	4,56	2,15	96,42	0,62
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель , молоко пастер. 2,5% жирности)	110	2,27	0,83	14,84	76,21	7,14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,07	0,00	4,98	20,16	0,01
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
Итого			375	15,81	5,55	34,14	250,22	7,77
Всего				52,56	39,67	167,57	1 244,65	19,85

медицинская сестра

Левина О. Н