

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./

МЕНЮ
19 марта 2025 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	200	5,88	3,15	25,76	154,83	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,51	2,10	10,95	73,50	0,42
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	34	2,62	0,21	17,25	81,40	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			442	11,01	5,46	53,96	309,73	1,04
II Завтрак								
		СОК (сок (3,0))	134	0,67	0,13	13,57	57,78	2,69
Итого			134	0,67	0,13	13,57	57,78	2,69
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые (1,5), вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 12% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, крупа перловая)	200/10	4,68	6,66	6,90	111,25	3,49
2012	286	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (САД) (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный (0,55), молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	60	8,29	8,73	3,61	126,25	0,69
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая)	130	4,04	1,06	18,27	98,59	0,00
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 (0,73))	46	3,02	0,40	19,34	93,05	0,00
Итого			646	20,03	16,85	55,86	460,10	4,18
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	230	6,47	5,58	10,71	120,47	1,20
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
Итого			255	8,35	8,03	29,31	224,72	1,20
Ужин								
	11115	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (САД) (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, соль йодированная)	200	4,52	2,49	19,49	119,03	0,42
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,11	0,00	7,38	29,96	0,02
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	29	2,17	0,17	14,30	67,47	0,00
Итого			429	6,80	2,66	41,17	216,46	0,44
Всего				46,86	33,13	193,87	1 268,79	9,55

медицинская сестра

Левина О. Н.

Левина О. Н.

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./



МЕНЮ

19 марта 2025 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	180	5,09	2,86	20,76	129,19	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,20	1,85	9,17	62,69	0,36
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	27	2,04	0,16	13,39	63,18	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			393	9,33	4,87	43,32	255,06	0,93
II Завтрак								
		СОК (сок (3,0))	125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
Итого			125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые (1,5), вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 12% жирности, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая)	150/9	4,61	5,19	9,41	107,03	3,11
2012	286	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ЯСЛИ) (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, хлеб пшеничный (0,55), яйца куриные (шт.))	50	7,88	8,38	3,13	119,50	0,64
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая)	110	3,06	0,81	13,85	74,69	0,00
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 (0,73))	36	2,42	0,32	15,47	74,45	0,00
Итого			505	17,97	14,70	47,67	398,89	3,75
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	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
Итого			205	6,94	6,82	26,98	198,53	0,94
Ужин								
	11115	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (ЯСЛИ) (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, соль йодированная)	150	3,98	2,18	17,73	106,84	0,36
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,10	0,00	6,74	27,32	0,02
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	22	1,67	0,14	10,95	51,68	0,00
Итого			352	5,75	2,32	35,42	185,84	0,38
Всего				40,62	28,84	166,02	1 092,07	8,50

медицинская сестра

Левина О. Н.

Левина О. Н.