

МАДОУ №10  
/Казачьей

МАДОУ №104 Корпус 1

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ  
МАДОУ  
САД №104

**26 марта 2025 г.**

## Ясли 12 часов

медицинская сестра

Левина О. Н.

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./

## МЕНЮ

26 марта 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                      | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 184                 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ<br>(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<br>(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<br>(хлеб пшеничный (0,55))                                                                                                                                                                                                               | 34     | 2,62              | 0,21       | 17,25            | 81,40                                              | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)<br>(масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                                                                        | 8      | 0,08              | 6,62       | 0,08             | 59,85                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         | 442    | 11,09             | 12,08      | 54,04            | 369,58                                             | 1,04                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
|                               |                     | СОК<br>( сок (3,0))                                                                                                                                                                                                                                     | 134    | 0,65              | 0,13       | 13,16            | 56,05                                              | 1,08                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         | 134    | 0,65              | 0,13       | 13,16            | 56,05                                              | 1,08                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 90                  | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ<br>( картофель , морковь, лук репчатый, томаты соленые (1,5), вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 12% жирности, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, крупа перловая) | 200/10 | 4,54              | 6,62       | 5,67             | 105,31                                             | 2,99                  |
| 2012                          | 286                 | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (САД)<br>(бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный (0,55), молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.))                                                          | 60     | 8,29              | 8,73       | 3,61             | 126,25                                             | 0,69                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная)                                                                                                                                                                | 130    | 4,28              | 1,13       | 19,39            | 104,57                                             | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                         | 200    | 0,00              | 0,00       | 7,74             | 30,96                                              | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржаной (0,73))                                                                                                                                                                                                                     | 45     | 2,93              | 0,39       | 18,76            | 90,26                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         | 645    | 20,04             | 16,87      | 55,17            | 457,35                                             | 3,68                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                                      | 219    | 6,15              | 5,31       | 10,19            | 114,59                                             | 1,14                  |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ<br>(печенье )                                                                                                                                                                                                                                   | 25     | 1,88              | 2,45       | 18,60            | 104,25                                             | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         | 244    | 8,03              | 7,76       | 28,79            | 218,84                                             | 1,14                  |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
|                               | 11115               | СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (САД)<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, соль йодированная)                                                                                                                                     | 200    | 4,48              | 2,46       | 19,43            | 118,37                                             | 0,42                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)                                                                                                                                                                                      | 200    | 0,11              | 0,00       | 7,38             | 29,96                                              | 0,02                  |
| 2008                          | 73                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный (0,55))                                                                                                                                                                                                               | 29     | 2,17              | 0,17       | 14,30            | 67,47                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         | 429    | 6,76              | 2,63       | 41,11            | 215,80                                             | 0,44                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |        | 46,57             | 39,47      | 192,27           | 1 317,62                                           | 7,38                  |

медицинская сестра

Левина О. Н.