

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

Казачкова М. В./



МЕНЮ

28 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ (пшено, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	4,82	2,91	18,89	121,58	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,12	1,70	9,86	63,61	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	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
Итого			393	9,04	9,75	42,20	293,37	0,88
II Завтрак								
		СОК (сок (3,0))	125	0,61	0,13	12,25	52,14	1,00
Итого			125	0,61	0,13	12,25	52,14	1,00
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 12% жирности, соль йодированная)	150/9	4,57	6,25	8,72	113,73	2,63
2012	310	СУФЛЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый)	55	10,78	11,22	1,67	150,99	0,81
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (ЯСЛИ) (капуста белокочанная, картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, морковь)	110	1,79	2,17	9,54	65,35	11,74
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			510	19,56	19,96	41,21	427,74	15,18
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								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, горошек зеленый консервированный (0,216))	30	0,53	1,01	2,47	20,95	1,50
2008	444	ОЛАДЬИ СО СЛАДКИМ СОУСОМ (масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи (0,011), сахар песок, соль йодированная, кисель (концентрат) на плодовых экстр., повидло (0,65))	100/50	6,79	7,39	39,85	253,16	0,27
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))	27	2,04	0,16	13,39	63,18	0,00
Итого			387	9,46	8,56	62,45	364,61	1,79
Всего				45,61	45,22	185,09	1 336,39	19,79

медицинская сестра

Левина О. Н

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./



МЕНЮ

28 марта 2025 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ (пшено, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	5,61	3,43	21,76	141,19	0,62
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,41	1,94	11,28	72,81	0,42
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	34	2,62	0,21	17,25	81,41	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,08	6,62	0,08	59,85	0,00
Итого			442	10,72	12,20	50,37	355,26	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	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 12% жирности, соль йодированная)	200/8	5,30	7,83	10,62	139,15	2,89
2012	310	СУФЛЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый)	70	12,79	12,95	2,17	176,63	0,94
2012	406	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (САД) (капуста белокочанная, картофель, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, вода питьевая, соль йодированная)	130	2,15	2,22	11,62	75,78	14,40
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	93,06	0,00
Итого			654	23,26	23,40	51,49	515,58	18,23
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	226	6,36	5,49	10,53	118,51	1,18
2008	0006	ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
Итого			251	8,21	7,84	28,81	220,26	1,18
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, горошек зеленый консервированный (0,216))	60	0,96	1,04	5,21	33,86	2,68
2008	444	ОЛАДЬИ СО СЛАДКИМ СОУСОМ (масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи (0,011), сахар песок, соль йодированная, кисель (концентрат) на плодовых экстр., повидло (0,65))	120/50	7,65	9,55	46,50	302,60	0,33
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,11	0,00	7,01	28,45	0,02
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	34	2,62	0,21	17,25	81,41	0,00
Итого			464	11,34	10,80	75,97	446,32	3,03
Всего				54,20	54,37	220,21	1 595,20	26,17

медицинская сестра

Левина О. Н.