

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./

МЕНЮ

10 января 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок)	180	5,10	3,15	20,02	129,53	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,20	1,85	9,46	63,86	0,36
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	27	2,10	0,17	13,80	65,13	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
Итого			393	9,46	10,15	43,34	303,52	0,93
II Завтрак								
2008	442	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								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель , морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 12% жирности, бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	150/9	6,06	7,68	15,52	159,56	2,61
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	150	11,21	9,52	7,49	162,15	24,64
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73))	36	2,42	0,32	15,47	74,45	0,00
Итого			495	19,69	17,52	46,22	427,12	27,25
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	165	4,65	4,01	7,68	86,43	0,86
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
Итого			190	6,53	6,46	26,28	190,68	0,86
Ужин								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (ЯСЛИ) (свекла, горошек зеленый консервированный (0,216), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	55	0,90	1,03	4,64	31,36	2,23
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, крупа манная)	130	8,78	10,42	5,23	149,79	0,16
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	27	2,04	0,16	13,39	63,18	0,00
Итого			392	11,82	11,61	29,27	268,75	2,41
Всего				48,13	45,87	157,74	1 243,82	33,95

медицинская сестра

Левина О. Н.

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./

МАДОУ №10

[Handwritten signature]

/Казах

САД №104

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, пшено, сахар песок, соль йодированная)	200	5,61	3,43	21,92	141,80	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,53	2,11	11,82	77,19	0,42
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	33	2,52	0,20	16,56	78,15	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,08	6,62	0,08	59,85	0,00
Итого			441	10,74	12,36	50,38	356,99	1,04
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок (3,0))	143	0,72	0,14	14,48	61,63	2,87
Итого			143	0,72	0,14	14,48	61,63	2,87
Обед								
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 12% жирности, бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	200/8	7,01	8,08	18,37	178,10	2,74
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	200	13,56	10,80	9,95	193,61	33,87
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73))	48	3,12	0,42	20,01	96,28	0,00
Итого			656	23,69	19,30	57,04	502,82	36,61
Полдник								
2008	434	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								
2012	34	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (ЯСЛИ) (свекла, горошек зеленый консервированный (0,216), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	65	0,96	1,04	5,24	34,09	2,50
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, крупа манная)	150	9,07	10,66	5,69	155,03	0,21
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	33	2,52	0,20	16,56	78,15	0,00
Итого			448	12,67	11,90	35,47	299,68	2,73
Всего				56,17	51,73	186,68	1 445,84	44,45

медицинская сестра

Левина О. Н