

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./



МЕНЮ
20 января 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	189	КАША РИСОВАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности (0,38), соль йодированная)	180	2,41	1,43	22,44	112,32	0,06
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
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	4,67	6,58	43,28	250,74	0,08
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ (горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, картофель, хлеб ржаной (0,73), соль йодированная, бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	150/10	6,79	5,04	14,85	131,99	3,14
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный (0,55), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	50	9,88	10,10	3,60	145,05	0,77
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности)	110	2,50	0,88	16,76	85,27	8,11
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))	26	1,75	0,23	11,23	54,05	0,00
Итого			496	20,92	16,25	52,25	439,58	12,02
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	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
Итого			205	6,91	6,72	26,66	196,03	0,94
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ (творог, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	130	16,93	10,88	23,63	262,34	0,31
2012	351	СОУС СЛАДКИЙ (вода питьевая, кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	50	0,00	0,00	1,54	6,18	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,48	2,09	10,60	71,79	0,42
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	22	1,72	0,14	11,29	53,28	0,00
Итого			382	21,13	13,11	47,06	393,59	0,73
Всего				53,63	42,66	169,25	1 279,94	13,77

медицинская сестра

Левина

Левина О. Н

Утверждаю

заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./



МЕНЮ

20 января 2025 г.
Сад 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	189	КАША РИСОВАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности (0,38), соль йодированная)	200	2,80	1,54	26,42	130,80	0,06
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	2,44	0,19	16,06	75,81	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,08	6,62	0,08	59,85	0,00
Итого			441	5,44	8,35	50,54	298,87	0,08
Обед								
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ (горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, картофель, хлеб ржаной (0,73), соль йодированная, бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	200/10	7,71	6,38	16,37	153,94	3,46
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный (0,55), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	60	11,39	12,36	3,60	171,48	0,83
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности)	130	2,97	1,16	18,79	97,87	8,96
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))	39	2,56	0,34	16,39	78,86	0,00
Итого			639	24,63	20,24	62,89	533,11	13,25
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	1,85	2,35	18,28	101,75	0,00
Итого			255	8,32	7,93	28,99	222,22	1,20
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,45	1,00	2,60	21,13	1,22
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ (творог, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	150	19,61	11,35	28,03	295,00	0,33
2012	351	СОУС СЛАДКИЙ (вода питьевая, кисель (концентрат) на фруктовых экстрактах)	50	0,00	0,00	1,54	6,18	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,82	2,36	12,37	82,92	0,47
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	28	2,14	0,17	14,05	66,31	0,00
Итого			458	25,02	14,88	58,59	471,54	2,02
Всего			63,41	51,40	201,01	1 525,74	16,55	

медицинская сестра

Левина

Левина О. Н.