

Утверждаю



заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

Казачкова М. В./

МЕНЮ

30 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								
2012	177	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП (крупа овсяная, крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная)	180	5,00	3,12	20,18	129,07	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,12	1,70	11,79	71,35	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	9,22	9,96	45,42	308,60	0,88
Обед								
2012	81	СУП ОВОЩНОЙ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, фасоль консервированная (0,22), лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, капуста белокочанная, сметана 12% жирности, соль йодированная)	150/9	4,79	6,12	7,62	109,42	9,51
2012	20001	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО ГОВЯЖЬЕГО СЕРДЦА (говяжье сердце, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	9,83	4,04	2,84	87,41	1,78
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности)	110	2,40	0,86	15,93	81,31	7,69
2012	378	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	150	0,00	0,00	9,26	37,06	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73))	36	2,42	0,32	15,47	74,45	0,00
Итого			505	19,44	11,34	51,12	389,65	18,98
Полдник								
2008	435	МОЛОКО (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,35	3,75	7,20	81,00	1,95
2012	485	БУЛОЧКА (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), дрожжи (0,011), соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,33	3,28	24,22	143,67	0,10
Итого			200	8,68	7,03	31,42	224,67	2,05
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия 1 сорт вермишель, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	150	5,05	2,95	18,81	122,72	0,57
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,10	0,00	7,17	29,07	0,02
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	27	2,04	0,16	13,39	63,18	0,00
Итого			357	7,19	3,11	39,37	214,97	0,59
Всего				44,53	31,44	167,33	1 137,89	22,50

медицинская сестра

Левина

Левина О. Н

Утверждаю



заведующая

МАДОУ №104 Корпус 1

/Казачкова М. В./

МЕНЮ
30 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								
2012	177	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП (крупа овсяная, крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная)	200	5,73	3,50	23,72	149,54	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,41	1,94	13,24	80,65	0,42
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	34	2,54	0,20	16,73	78,96	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,08	6,62	0,08	59,85	0,00
Итого			442	10,76	12,26	53,77	369,00	0,99
Обед								
2012	81	СУП ОВОЩНОЙ С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, фасоль консервированная (0,22), лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, капуста белокочанная, сметана 12% жирности, соль йодированная)	200/10	5,20	6,69	8,15	118,72	8,91
2012	20002	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО ГОВЯЖЬЕГО СЕРДЦА (говяжье сердце, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	60	11,41	4,38	2,96	97,45	2,08
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности)	130	2,97	1,16	18,79	97,86	8,96
2012	378	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	200	0,00	0,00	9,26	37,06	0,00
2008	00011	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73))	45	2,93	0,39	18,76	90,26	0,00
Итого			645	22,51	12,62	57,92	441,35	19,95
Полдник								
2008	435	МОЛОКО (молоко пастер. 2,5% жирности)	190	5,51	4,75	9,12	102,60	2,47
2012	485	БУЛКА (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), дрожжи (0,011), соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	5,17	4,63	30,02	182,30	0,16
Итого			250	10,68	9,38	39,14	284,90	2,63
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия 1 сорт вермишель, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	5,77	3,25	21,89	140,69	0,62
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,11	0,00	8,70	35,22	0,02
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	34	2,54	0,20	16,73	78,96	0,00
Итого			434	8,42	3,45	47,32	254,87	0,64
Всего			52,37	37,71	198,15	1 350,12	24,21	

медицинская сестра

Левина

Левина О. Н