

ИТЯ ребенка-детский са

МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад №2" корпус 3

Зевайкина И.Е./

28 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ. (крупа ячневая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%)	160	5	5,8	22,6	164	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,9	2,4	10,1	75	0,5
2012	385	ХЛЕБ С СЫРОМ. (сыр российский, хлеб пшеничн. формовой, мука высш. сорт)	30/5/4	3,1	1,4	14,6	83	0
Итого			349	11	9,6	47,3	322	1,1
II Завтрак								
2012	359	СОК ФРУКТОВЫЙ. (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
2012	449	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ. (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180/40	6,3	4,9	31,5	195	0,2
Итого			320	6,8	5	41,3	237	1
Обед								
2012	405	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ. (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, кури потрош. 1 категории)	150	2,7	4,9	3,9	72	1,8
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное 72,5%, макаронные изделия высш. сорт рожки)	110	3,2	2,1	19,9	111	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР (морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории)	50	5,9	8	4,6	114	0,7
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ. (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,4	30	0
2012	214	ХЛЕБ РЖАНОЙ. (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,1	0,3	13,6	65	0
Итого			500	13,9	15,3	49,4	392	2,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,1	3,5	6,7	76	0,8
2012	129	кондитерские изделия. (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	1,6	1,9	15,1	85	0
Итого			190	5,7	5,4	21,8	161	0,8
Ужин								
2012	185	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. (крупа гречневая ядрица, соль йодированная, масло сливочное 72,5%, вода питьевая)	110	4,3	3,7	19,1	127	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		4,9	20	0
Итого			290	4,4	3,7	24	147	0
Всего				41,8	39	183,8	1259	5,4

я ребенка-детский сад

МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад №2" корпус 3
Зевайкина И.Е.

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное 72,5%, соль йодированная, сахар песок)	170	5,5	6,5	25,7	185	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3	2,5	11,1	79	0,5
2012	389	ХЛЕБ С СЫРОМ. (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/6/6	4,2	1,8	19,4	111	0
Итого			402	12,7	10,8	56,2	375	1,1
II Завтрак								
2012	359	СОК ФРУКТОВЫЙ. (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
2012	449	ОЛАДЫ С МАСЛОМ. (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200/40	8,8	6,4	44,9	271	0,2
Итого			340	9,3	6,5	54,7	313	1
Обед								
2012	405	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ. (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, яйца куриные (шт.), куры потрош. 1 категории)	180	4,1	7,2	4,2	98	2,1
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное 72,5%, макаронные изделия высш.сорт рожки)	130	3,8	2,2	23,2	127	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР (морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, куры потрош. 1 категории)	50	6,5	8,5	4,6	121	0,7
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ. (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			8,3	33	0
2012	214	ХЛЕБ РЖАНОЙ. (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	2,6	0,4	17	82	0
Итого			590	17	18,3	57,3	461	2,8
Полдник								
2012	380	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ. (наринз)	200	4,7	3	7,9	81	0,2
2012	129	кондитерские изделия. (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	1,6	1,9	15,1	85	0
Итого			240	6,3	4,9	23	166	0,2
Ужин								
2012	168	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. (крупа гречневая ядрица, соль йодированная, масло сливочное 72,5%, вода питьевая)	130	4,9	3	21,9	134	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200	0,1		6,8	27	0
Итого			330	5	3	28,7	161	0
Всего				50,3	43,5	219,9	1476	5,1