

Российская Федерация Республика Мордовия
Министерство образования и науки
РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА
ДЕТСКИЙ САД №2

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

/Зевайкина И.Е./

5 марта 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								
2012	182	КАША "ДРУЖБА". (крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%)	160	4,8	4,5	21,7	147	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,2	2,6	10,8	81	0,6
2012	385	ХЛЕБ С МАСЛОМ (масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/5/4	2,3	4,2	15	107	0
Итого			349	10,3	11,3	47,5	335	1,2
II Завтрак								
2012	359	СОК ФРУКТОВЫЙ. (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Обед								
2012	84	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ. (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, куры потрош. 1 категории)	150	3,9	4,4	12	104	3,2
2012	126	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ. (куры потрош. 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, томатная паста)	110	7,1	6,6	15	149	7,7
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ. (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0
2012	214	ХЛЕБ РЖАНОЙ. (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,3	0,3	14,7	71	0
Итого			450	13,3	11,3	49,5	355	10,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	3,7	3,2	6,1	69	0,7
2012		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ. (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, повидло)	30/15	2,3	0,2	22,3	100	0
Итого			195	6	3,4	28,4	169	0,7
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ. (творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт вермишель)	190	15,3	8,8	14,1	199	0,2
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		6	24	0
Итого			370	15,4	8,8	20,1	223	0,2
Всего				45,5	34,9	155,3	1124	13,8

Утверждаю



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

МЕНЮ

5 марта 2025 г.
Сад 12 часов

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	169	КАША "ДРУЖБА". (крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	170	5,3	4,8	25,7	168	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,3	2,7	11,8	85	0,6
2012	389	ХЛЕБ С МАСЛОМ (масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40/6/6	3	5,2	20	138	0
Итого			402	11,6	12,7	57,5	391	1,2
II Завтрак								
2012	359	СОК ФРУКТОВЫЙ. (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Обед								
2012	91	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ. (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, кури потрош. 1 категории)	180	4,6	6,1	14,1	130	3,5
2012	126	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ. (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, соль йодированная)	150	8,3	8,3	19,7	188	10
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ. (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			8,7	35	0
2012	214	ХЛЕБ РЖАНОЙ. (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	2,9	0,4	18,4	89	0
Итого			560	15,8	14,8	60,9	442	13,5
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	4,9	4,3	8,1	92	0,9
2012		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ. (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, повидло)	40/15	3	0,3	27,3	124	0
Итого			255	7,9	4,6	35,4	216	0,9
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ. (творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, макаронные изделия высш. сорт вермишель)	200	20,4	11,2	20,2	268	0,2
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200	0,1		7,1	29	0
Итого			400	20,5	11,2	27,3	297	0,2
Всего				56,3	43,4	190,9	1388	16,6