

Утверждаю



Заведующая

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

Зевайкина И.Е./

МЕНЮ

12 марта 2025 г.

Сад 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	179	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ. (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%)	170	5	4,3	22,5	149	0,6
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		7,1	29	0
2012	389	ХЛЕБ С СЫРОМ. (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/6/6	4	1,8	17,7	103	0
Итого			402	9,1	6,1	47,3	281	0,6
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	98	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ. (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, куры потрош. 1 категории)	180	5,7	6,6	17,3	152	3,5
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ. (куры потрош. 1 категории, капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	150	8,8	8,4	7,4	143	24,2
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	18,6	89	0
Итого			560	17,4	15,4	52	419	27,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	4,9	4,3	8,2	92	0,9
2012		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ. (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, повидло)	40/15	2,7	0,2	24,9	112	0
Итого			255	7,6	4,5	33,1	204	0,9
Ужин								
2012	118	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	180/30	19,1	10,3	15,9	236	0,2
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,5	3	12,2	90	0,6
Итого			410	22,6	13,3	28,1	326	0,8
Всего				57,2	39,4	170,3	1272	30,8

Российская Федерация
г. Москва
Учреждение
ЦЕНТР
РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА-
ДЕТСКИЙ САД №2
ИНН 5026235232 ОГРН 3761376005481

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

/Зевайкина И.Е./

12 марта 2025 г.

Ясли 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	179	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ. (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%)	160	4,5	4,3	18,1	130	0,6
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	150	0,1		6	24	0
2012	385	ХЛЕБ С СЫРОМ. (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт)	30/5/4	2,8	1,3	13,3	75	0
Итого			349	7,4	5,6	37,4	229	0,6
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	98	СУП С КЛЕЦКАМИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ. (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, куры потрош. 1 категории)	150	5,2	5,4	13,5	123	3,2
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ. (куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	110	8	7,8	6,9	132	22,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ. (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2012	214	ХЛЕБ РЖАНОЙ. (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,3	0,3	14,8	72	0
Итого			450	15,5	13,5	42	354	25,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	3,7	3,2	6,2	69	0,7
2012		ХЛЕБ С ПОВИДЛОМ. (хлеб пшеничн.формовой мука высш. сорт, повидло)	30/15	2	0,2	20,5	92	0
Итого			195	5,7	3,4	26,7	161	0,7
Ужин								
2012	118	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖЕННАЯ (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	160/30	13,9	7,8	11,7	175	0,2
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,2	2,6	10,8	81	0,6
Итого			370	17,1	10,4	22,5	256	0,8
Всего				46,2	33	138,4	1042	28,5