

Утверждаю



Заведующая

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

Зевайкина И.Е./

МЕНЮ

14 марта 2025 г.

Ясли 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	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ. (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%)	160	5,2	7,1	18,7	160	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,8	2,3	10,2	74	0,5
2012	385	ХЛЕБ С СЫРОМ. (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/5/4	3,1	1,4	14,5	83	0
Итого			349	11,1	10,8	43,4	317	1
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	405	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ. (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, куры потрош. 1 категории)	150	3,4	5,6	6,6	92	3,2
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное 72,5%, макаронные изделия высш.сорт рожки)	110	3,2	1,3	19,9	104	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР (морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, куры потрош. 1 категории)	50	7,3	9,4	5,2	134	0,9
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	2,2	0,3	14,3	69	0
Итого			500	16,1	16,6	53,8	430	4,1
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	3,9	3,4	6,5	73	0,7
2012	129	кондитерские изделия. (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			190	6,1	6,2	28,1	194	0,7
Ужин								
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	6,2	5,1	31,5	195	0,2
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,1	21	0
Итого			400	6,3	5,1	36,6	216	0,2
Всего				40,1	38,8	171,7	1199	6,8

Утверждаю



Заведующая

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

Зевайкина И.Е./

МЕНЮ

14 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	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ. (крупка гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%)	170	5,3	4,4	21,5	148	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,9	2,4	11,2	79	0,5
2012	389	ХЛЕБ С СЫРОМ. (сыр российский, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40/6/6	4,2	1,8	19,3	110	0
Итого			402	12,4	8,6	52	337	0,9
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	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	6,3	7	103	3,4
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	128	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР (морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, куры потрош. 1 категории)	50	7,1	7,5	4,9	115	0,8
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	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			590	17,8	16,4	61,6	467	4,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,2	4,5	8,6	97	1
2012	129	кондитерские изделия. (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			240	7,4	7,3	30,2	218	1
Ужин								
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)	200/40	8,3	4,4	44,9	252	0,2
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200	0,1		7,1	29	0
Итого			440	8,4	4,4	52	281	0,2
Всего				46,5	36,8	205,6	1345	7,1