

ИТЯ ребенка-детский са

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

Зевайкина И.Е./

21 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	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ. (творог 5,0% жирности, крупа манная, соль йодированная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	150/15	15,3	8,8	9,3	180	0,2
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,1	2,5	9,8	75	0,5
2012	385	ХЛЕБ С МАСЛОМ (масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/5/4	2,2	4,2	14,6	105	0
Итого			354	20,6	15,5	33,7	360	0,7
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, кури потрош. 1 категории)	150	3,1	4,5	6,2	78	3,1
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ. (куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, лук репчатый, морковь)	50	7,2	7,8	4	115	0,8
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное 72,5%, макаронные изделия высш.сорт рожки)	110	3,3	1,3	19,9	104	0
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	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			500	16,1	13,9	54	406	3,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	3,9	3,4	6,5	73	0,7
2012		ПЛЮШКА С САХАРОМ. (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	50	5,3	2,5	30	163	0,1
Итого			200	9,2	5,9	36,5	236	0,8
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ. (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150	4	5,5	1,1	70	0,1
2012	509	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		7	28	0
Итого			360	6,3	5,7	22,7	167	0,1
Всего				52,7	41,1	156,7	1211	6,3

Утверждаю

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



МЕНЮ **21 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	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ. (творог 5,0% жирности, крупа манная, соль йодированная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	170/15	19,9	11,1	12,4	233	0,2
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,3	2,9	10,1	81	0,6
2012	389	ХЛЕБ С МАСЛОМ (масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/6/6	3	5,1	19,5	136	0
Итого			417	26,2	19,1	42	450	0,8
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	6,5	7	104	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	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ. (куры потрош. 1 категории, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый, морковь)	50	8,1	8,5	5,6	130	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	3,1	0,4	20,2	97	0
Итого			590	19,1	17,6	64,7	494	4,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,2	4,5	8,6	97	1
2012		ПЛЮШКА С САХАРОМ. (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	50	8,2	3,4	45,9	246	0,2
Итого			250	13,4	7,9	54,5	343	1,2
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ. (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	170	4,8	6,2	1,5	81	0,2
2012	506	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3	0,2	19,5	92	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			410	7,9	6,4	29,1	205	0,2
Всего				67,1	51,1	200,1	1534	7,2