

Утверждаю

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



МЕНЮ

31 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	130	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%, молоко пастер. 2,5% жирности)	150	3,6	3,7	20	128	0,4
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	170	0,1		7	28	0
2012	385	ХЛЕБ С МАСЛОМ (масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/5/4	2	4,2	13,1	98	0
Итого			359	5,7	7,9	40,1	254	0,4
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	403	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА К/Б. (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, куры потрош. 1 категории)	150	8,9	4,7	24,4	176	3,3
2012	126	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ. (куры потрош. 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	150	7,6	8	15,4	165	7,9
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)	20	1,4	0,2	8,6	42	0
Итого			470	17,9	12,9	56,2	414	11,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	480	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА". (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	50	5,5	3,4	32,1	181	0,1
Итого			200	9,8	7,1	39,1	260	0,9
Ужин								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ (соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное 72,5%, макаронные изделия высш.сорт рожки, сыр российский, яйца куриные (шт.))	100	4,1	3,6	16,6	116	0
2012	378	КИСЕЛЬ ФЛОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА. (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	180			12,7	50	0
2012	509	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2	0,2	13,1	62	0
Итого			310	6,1	3,8	42,4	228	0
Всего				40	31,8	187,6	1198	13,3

Детский сад № 2

/Зевайкина И.Е./

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	130	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	4,1	4	24,9	153	0,5
2012	389	ХЛЕБ С МАСЛОМ (масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40/6/6	2,7	5,1	17,6	126	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		9	36	0
Итого			432	6,9	9,1	51,5	315	0,5
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	403	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА К/Б. (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, куры потрош. 1 категории)	180	10,3	5,1	27,3	199	3,6
2012	126	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ. (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, куры потрош. 1 категории, соль йодированная)	200	8,9	8,8	20,3	197	10,3
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ. (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			9,7	39	0
2012	214	ХЛЕБ РЖАНОЙ. (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	2	0,3	13,1	63	0
Итого			610	21,2	14,2	70,4	498	13,9
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	480	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА". (мука пшеничная высш. сорт, дрожжи, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	50	8,2	5,3	45,6	262	0,1
Итого			250	13,8	10,2	54,9	367	1,1
Ужин								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ (соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное 72,5%, макаронные изделия высш. сорт рожки, сыр российский, яйца куриные (шт.))	130	5,7	5,1	23,2	161	0
2012	381	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА. (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200			17,3	70	0
2012	506	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого			370	8,4	5,3	58,1	314	0
Всего				50,8	38,9	244,7	1536	16,3