

Утверждаю

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

Заведующая

Зевайкина И.Е./

МЕНЮ

6 мая 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	185	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. (крупа гречневая ядрица, соль йодированная, масло сливочное 72,5%, вода питьевая)	110	4,3	2,7	19,2	118	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,6	2,8	13,5	95	0,6
2012	385	ХЛЕБ С СЫРОМ. (сыр российский, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30/5/4	2,4	1,3	10,1	61	0
Итого			299	10,3	6,8	42,8	274	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	84	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ. (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, кури потрош. 1 категории)	150	3,7	4,2	11,8	100	3,1
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ. (кури потрош. 1 категории, капуста белокочанная, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	110	7,2	10,1	6,6	149	22,2
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	2,1	0,3	13,5	65	0
Итого			450	13	14,6	39,7	345	25,3
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,1	3,6	6,8	77	0,8
2012	129	кондитерские изделия. (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			190	6,3	6,4	28,4	198	0,8
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ. (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	60	7,3	3,2	0,6	60	0,3
2012		ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (горошек зеленый консервы)	40	0,3		0,7	4	0,4
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		6	24	0
2012	509	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	20	1,5	0,1	9,6	46	0
Итого			300	9,2	3,3	16,9	134	0,7
Всего				39,3	31,2	137,6	993	28,2

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

6 мая 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	168	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. (крупа гречневая ядрица, соль йодированная, масло сливочное 72,5%, вода питьевая)	130	4,9	3,7	21,9	140	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,3	2,6	14,4	95	0,6
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			362	12,4	8,1	55,6	345	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	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	4,4	5,8	13,8	126	3,4
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ. (кури потрош. 1 категории, капуста белокочанная, масло сливочное 72,5%, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	150	7,8	11,4	7,1	166	24
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	2,6	0,4	16,8	81	0
Итого			560	14,8	17,6	46,4	408	27,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,5	4,8	9,1	102	1
2012	129	кондитерские изделия. (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			240	7,7	7,6	30,7	223	1
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ. (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	80	8,7	4,2	3	85	0,3
2012		ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (горошек зеленый консервы)	60	0,7		1,5	9	0,9
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200	0,1		8,1	32	0
2012	506	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,2	0,2	14,5	68	0
Итого			370	11,7	4,4	27,1	194	1,2
Всего				47,1	37,8	169,6	1212	31