

Утверждаю



Заведующая

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

Зевайкина И.Е./

**МЕНЮ**

19 мая 2025 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                 | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |         |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 173                 | КАША ОВСЯННАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ.<br>(овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%)                                                                             | 160    | 4,9               | 5       | 20,1             | 146                                                | 0,5                   |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ С САХАРОМ.<br>(чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                | 150    | 0,1               |         | 6                | 24                                                 | 0                     |
| 2012                          | 385                 | ХЛЕБ С МАСЛОМ<br>(масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                     | 30/5/4 | 2,3               | 4,2     | 15,1             | 108                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    | 349    | 7,3               | 9,2     | 41,2             | 278                                                | 0,5                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |         |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 359                 | СОК ФРУКТОВЫЙ.<br>(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                          | 73                  | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ.<br>(крупа перловая, картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, сметана 20% жирности, кури потрош. 1 категории) | 150    | 4,4               | 5,7     | 14,7             | 128                                                | 4,2                   |
| 2012                          | 304                 | ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ.<br>(кури потрош. 1 категории, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)                                                               | 110    | 8,2               | 12      | 26,2             | 247                                                | 0,7                   |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ.<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                   | 150    |                   |         | 7,8              | 31                                                 | 0                     |
| 2012                          | 214                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ.<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                                      | 40     | 2,7               | 0,4     | 17,4             | 84                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    | 450    | 15,3              | 18,1    | 66,1             | 490                                                | 4,9                   |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |         |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ.<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                | 150    | 4,2               | 3,6     | 6,9              | 77                                                 | 0,8                   |
| 2012                          | 485                 | БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ.<br>(мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)                                                     | 50     | 5,4               | 4,4     | 30               | 181                                                | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    | 200    | 9,6               | 8       | 36,9             | 258                                                | 0,9                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |         |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 204                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ<br>(соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное 72,5%, макаронные изделия высш.сорт рожки, сыр российский, яйца куриные (шт.))                                                         | 100    | 4,6               | 4,3     | 15,6             | 118                                                | 0                     |
| 2012                          | 378                 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА.<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                     | 180    |                   |         | 12,7             | 50                                                 | 0                     |
| 2012                          | 509                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                                          | 30     | 2,3               | 0,2     | 15,1             | 71                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    | 310    | 6,9               | 4,5     | 43,4             | 239                                                | 0                     |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |        | 39,6              | 39,9    | 197,4            | 1307                                               | 7,1                   |

Утверждаю



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

# МЕНЮ

19 мая 2025 г.  
Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                          | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |        |                   |         |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 413                 | КАША "ОВСЯНАЯ" ГЕРКУЛЕСОВАЯ<br>МОЛОЧНАЯ.<br>(овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, соль<br>йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%)                                                                             | 170    | 5,7               | 5,6     | 24,5             | 171                                                | 0,5                   |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ С САХАРОМ.<br>(чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                         | 180    | 0,1               |         | 7,1              | 29                                                 | 0                     |
| 2012                          | 389                 | ХЛЕБ С МАСЛОМ<br>(масло сливочное 72,5%, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                              | 40/6/6 | 3,1               | 5,2     | 20,2             | 139                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 402    | 8,9               | 10,8    | 51,8             | 339                                                | 0,5                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |        |                   |         |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 359                 | СОК ФРУКТОВЫЙ.<br>(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                          | 73                  | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА К/Б СО<br>СМЕТАНОЙ.<br>(крупа перловая, картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые,<br>масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 20%<br>жирности, вода питьевая, кури потрош. 1 категории) | 180    | 5,4               | 7,4     | 18,6             | 164                                                | 4,7                   |
| 2012                          | 304                 | ПЛОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ.<br>(кури потрош. 1 категории, крупа рисовая, морковь, лук репчатый,<br>масло сливочное 72,5%, масло подсолнечное рафинированное, соль<br>йодированная)                                                                  | 150    | 9,3               | 10,3    | 30               | 251                                                | 0,8                   |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ.<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                            | 180    |                   |         | 8,7              | 35                                                 | 0                     |
| 2012                          | 214                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ.<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                                               | 50     | 3,4               | 0,5     | 21,7             | 105                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 560    | 18,1              | 18,2    | 79               | 555                                                | 5,5                   |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |        |                   |         |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ.<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                         | 200    | 5,5               | 4,8     | 9,1              | 103                                                | 1                     |
| 2012                          | 485                 | БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ.<br>(мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, соль йодированная, сахар песок,<br>яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное<br>рафинированное)                                                        | 50     | 8                 | 5,1     | 44,5             | 256                                                | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 250    | 13,5              | 9,9     | 53,6             | 359                                                | 1,1                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |        |                   |         |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 204                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С<br>СЫРОМ<br>(соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное 72,5%,<br>макаронные изделия высш.сорт рожки, сыр российский, яйца куриные<br>(шт.))                                                         | 130    | 5,3               | 5       | 21,7             | 152                                                | 0                     |
| 2012                          | 381                 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ<br>КОНЦЕНТРАТА.<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                           | 200    |                   |         | 17,3             | 70                                                 | 0                     |
| 2012                          | 506                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                                                   | 40     | 3,1               | 0,3     | 20,2             | 95                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 370    | 8,4               | 5,3     | 59,2             | 317                                                | 0                     |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |        | 49,4              | 44,3    | 253,4            | 1612                                               | 7,9                   |