

Утверждаю

И.О. заведующей
МДОУ "Центр развития ребенка детский сад №2" корпус 3
Черяпкина Л.А./



МЕНЮ

27 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	130	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%, молоко пастер. 2,5% жирности)	150	3,3	3,5	18,6	120	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,2	2,5	11,9	83	0,5
2012	385	ХЛЕБ С СЫРОМ. (сыр российский, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30/5/4	3	1,3	14,8	83	0
Итого			339	9,5	7,3	45,3	286	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	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ. (капуста белокочанная, свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 20% жирности, вода питьевая, куры потрош. 1 категории)	150	4,2	5,2	10	106	12
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР (морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, куры потрош. 1 категории)	50	5,8	8,1	4,6	115	0,6
2012	185	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. (крупа гречневая ядрица, соль йодированная, масло сливочное 72,5%, вода питьевая)	90	4,3	6	19,2	147	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	16,2	78	0
Итого			480	16,8	19,6	57,8	477	12,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	3,6	3,1	6	67	0,7
2012	129	кондитерские изделия. (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			190	5,8	5,9	27,6	188	0,7
Ужин								
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ. (рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	170	8,5	5,7	0,8	89	0,2
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	9,9	47	0
Итого			370	10,1	5,8	16,7	160	0,2
Всего				42,7	38,7	157,2	1153	15,2

Утверждаю

И.О.заведующей
МДОУ "Центр развития ребенка-детский сад №2" корпус 3
Черяпкина Л.А./



МЕНЮ

27 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	130	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное 72,5%, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,8	3,7	23,3	143	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,4	2,7	14,5	97	0,6
2012	389	ХЛЕБ С СЫРОМ. (сыр российский, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40/6/6	4,3	1,9	19,8	112	0
Итого			432	11,5	8,3	57,6	352	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	56	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ. (капуста белокочанная, свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая, сметана 20% жирности, кури потрош. 1 категории)	180	4,3	5,5	11,1	113	12,9
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР (морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, кури потрош. 1 категории)	60	6,2	8,1	6,3	123	0,9
2012	168	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. (крупа гречневая ядрица, соль йодированная, масло сливочное 72,5%, вода питьевая)	110	4,9	2,9	21,9	133	0
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	3,2	0,4	20,3	98	0
Итого			580	18,6	16,9	68,3	502	13,8
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ. (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	4,9	4,2	8	90	0,9
2012	129	кондитерские изделия. (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	2,9	3,8	28,9	162	0
Итого			240	7,8	8	36,9	252	0,9
Ужин								
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ. (рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	180	12,3	7,7	1	122	0,2
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)	40	3	0,3	19,8	93	0
Итого			420	15,4	8	28,9	247	0,2
Всего				53,8	41,3	201,5	1395	16,7