

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 122"

/Кошелева А.В./

МЕНЮ**17 апреля 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	415	КАША РИСОВАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	4	2,6	17,3	109	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/4	2,3	3,6	15,1	102	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,7	2,3	10,8	75	0,5
Итого			364	9	8,5	43,2	286	1
Обед								
2008	101	СУП-ЛАПША СО СМЕТАНОЙ (макаронные изделия высш.сорт, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150/6	3	4	9,7	88	1,9
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ (масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, кури потрош. 1 категории, морковь, соль йодированная, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности)	160	10,2	10,9	15,9	201	7,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,5	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	1	0,2	6,8	33	0
Итого			506	14,2	15,1	38,9	348	9,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	116	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			200	6,5	3,9	21,6	148	0,8
Ужин								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые)	40	0,7	0,9	3,6	26	2,3
2012	449	ОЛАДЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко- сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.))	140	7,4	7,9	40,6	265	0,2
2008	411	СЛАДКИЙ СОУС (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая)	40			6,4	26	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		9	37	0
Итого			400	8,2	8,8	59,6	354	2,5
Всего				37,9	36,3	163,3	1136	14

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 122"

/Кошелева А.В./

МЕНЮ

17 апреля 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	415	КАША РИСОВАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	200	4,3	2,6	22,2	131	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/6	3,1	5,2	20,1	140	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, какао-порошок)	200	3,1	2,6	12,6	87	0,5
Итого			446	10,5	10,4	54,9	358	1
Обед								
2008	101	СУП-ЛАПША СО СМЕТАНОЙ (макаронные изделия высш.сорт, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200/9	3,5	4,9	11,2	107	2,4
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ (масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, морковь, соль йодированная, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности)	200	12	12,7	19,1	239	9,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	50	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			659	16,8	17,8	47,5	422	11,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
208	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			250	8,7	5,1	29,4	200	1
Ужин								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые)	60	0,9	2,1	6,1	48	3,6
2012	449	ОЛАДЬИ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.))	140	7,5	7,5	41,9	265	0,2
2008	411	СЛАДКИЙ СОУС (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая)	50			7,8	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			450	8,5	9,6	63,9	376	3,8
Всего				44,5	42,9	195,7	1356	17,7