

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 122"

/Кошелева А.В./

МЕНЮ**22 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	150	4,6	2,9	16,9	113	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/4	2,3	4,1	15,3	108	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,7	2,2	10,9	75	0,5
Итого			364	9,6	9,2	43,1	296	1
Обед								
2012	56	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, сметана 15% жирности, картофель)	150/6	3	3,7	7,4	76	6,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,2	3,2	16,3	103	8
2012	286	ТЕФТЕЛИ (лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, крупа рисовая, яйца куриные (шт.))	60	10,1	10,4	6,2	158	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			8	32	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	1	0,2	6,8	33	0
Итого			516	16,3	17,5	44,7	402	15,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	467	ШТОЛИ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	60	5,4	4,5	29,9	181	0,1
Итого			210	9,7	8,2	36,9	260	0,9
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	140	21,5	13	11,5	253	0,3
2008	411	СЛАДКИЙ СОУС (вода питьевая, повидло)	50			4,7	19	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		5,9	24	0
2012	116	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			400	23,8	13,2	36,7	365	0,3
Всего				59,4	48,1	161,4	1323	17,5

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 122"

/Кошелева А.В./

МЕНЮ

22 апреля 2025 г.

Сад 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	200	5,2	3	21,4	135	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	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,2	12,3	80	0,5
Итого			446	11	10,4	53,8	355	1
Обед								
2012	56	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, куры потрош. 1 категории, соль йодированная, картофель)	200/9	3,5	4,8	9,6	100	9,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,7	3,3	18,4	114	8,9
2012	286	ТЕФТЕЛИ (лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, крупа рисовая, яйца куриные (шт.))	70	11,4	11,8	6,1	175	0,6
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	18,9	20,1	51,3	465	18,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	467	ШТОЛИ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	70	6	4,2	34,5	199	0,1
Итого			270	11,6	9,1	43,8	304	1,1
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	155	22,4	13,3	17,9	284	0,3
2008	411	СЛАДКИЙ СОУС (вода питьевая, повидло)	50			5,9	24	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,1		7,1	29	0
208	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			445	25,6	13,5	51	432	0,3
Всего				67,1	53,1	199,9	1556	21,2