

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 122"

/Кошелева А.В./

МЕНЮ**24 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	413	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупка гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	150	4,7	2,9	14,9	104	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25/4	2,1	3,4	13,7	94	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,9	2,3	11,8	80	0,5
Итого			359	9,7	8,6	40,4	278	1
Обед								
2008	100	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И ЯЙЦОМ (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, куры потрош. 1 категории, соль йодированная, сметана 15% жирности, горошек зеленый консервы, яйца куриные (шт.))	150/6	2,9	4,6	5,3	77	2,5
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,2	3,1	16,3	102	8
2008	259	ГУЛЯШ (масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, куры потрош. 1 категории, соль йодированная, морковь, вода питьевая)	60	8,4	8,8	3,6	127	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,5	30	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	39	1	0,2	6,6	32	0
Итого			515	14,5	16,7	39,3	368	11,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	117	ГРЕНКИ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	2	0,2	13,3	63	0
Итого			200	6,3	3,9	20,3	142	0,8
Ужин								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ФАСОЛЬЮ (морковь, масло подсолнечное рафинированное, фасоль)	40	0,5	1,1	2,4	22	0,7
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	7,1	7,6	37,6	247	0,2
2008	411	СЛАДКИЙ СОУС (кисель (концентрат) на фруктовых экстр., вода питьевая)	40			6,2	25	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		7,7	31	0
Итого			400	7,7	8,7	53,9	325	0,9
Всего				38,2	37,9	153,9	1113	14,2

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 122"

/Кошелева А.В./

МЕНЮ**24 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	413	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	200	5,4	3,1	18,7	126	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35/6	2,8	5,2	18,3	131	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,1	2,4	13,3	87	0,5
Итого			441	11,3	10,7	50,3	344	1
Обед								
2008	100	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И ЯЙЦОМ (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, сметана 15% жирности, горошек зеленый консервы, яйца куриные (шт.))	200/8	3,8	5,9	7,4	100	3,7
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
2008	259	ГУЛЯШ (масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, кури потрош. 1 категории, морковь, соль йодированная, вода питьевая)	70	9,8	11	4,7	157	1,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			9,3	37	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	49	1,3	0,2	8,3	40	0
Итого			657	17,6	20,4	48,1	448	13,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	117	ГРЕНКИ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	2,7	0,2	17,8	84	0
Итого			200	7	3,9	24,8	163	0,8
Ужин								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ФАСОЛЬЮ (морковь, масло подсолнечное рафинированное, фасоль)	50	0,6	1	2,9	23	0,9
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.))	145	7,5	7,5	41	262	0,2
2008	411	СЛАДКИЙ СОУС (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая)	55			8,5	34	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,1		8,6	35	0
Итого			450	8,2	8,5	61	354	1,1
Всего				44,1	43,5	184,2	1309	16,8