

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 122"

/Кошелева А.В./

МЕНЮ**25 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная)	150	4,8	3	17,8	118	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/4	2,4	3,4	15,6	103	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,1	2,6	11,5	82	0,5
Итого			364	10,3	9	44,9	303	1,1
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности)	150/6	3,6	4,4	9,4	94	1,9
2012	298	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, томатная паста)	110	2,4	2,5	6,7	61	22,5
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	60	9,5	10,2	1,1	134	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			8,5	34	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	1	0,2	6,8	33	0
Итого			516	16,5	17,3	32,5	356	24,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	50	1,5	1,9	14,5	81	0
Итого			200	5,8	5,6	21,5	160	0,8
Ужин								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	11,5	2,2	0,8	70	0,6
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,5	3,2	18,5	113	9,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		8,1	32	0
2012	116	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	31	2,3	0,2	15,1	72	0
Итого			401	16,4	5,6	42,5	287	9,7
Всего				49	37,5	141,4	1106	36,3

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад № 122"

/Кошелева А.В./

МЕНЮ

25 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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/6	3,2	5,3	20,7	143	0
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная)	200	5,2	3,1	22,1	139	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, какао-порошок)	200	3,1	2,6	13,5	90	0,5
Итого			446	11,5	11	56,3	372	1,1
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), соль йодированная, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности)	200/8	4,4	5,3	11,9	115	2,4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	130	2,9	2,5	8	69	27
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	70	10,8	11,2	1,1	148	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			9,7	39	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	50	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			658	19,4	19,2	39,2	412	29,8
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	50	1,5	1,9	14,5	81	0
Итого			250	7,1	6,8	23,8	186	1
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	70	12,9	2	0,8	73	0,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	140	2,8	3,4	19,3	119	9,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,1		9	36	0
208	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	41	3,2	0,3	20,7	98	0
Итого			451	19	5,7	49,8	326	10
Всего				57	42,7	169,1	1296	41,9