



МЕНЮ
7 июля 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	189	КАША МАННАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	200	6,1	3,9	32,2	189	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,8	2,4	12,1	82	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/6	4,4	1,8	20,1	115	0
Итого			446	13,3	8,1	64,4	386	1
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ (яйца куриные (шт.), вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, кури потрош. 1 категории)	200/8	4,3	6,2	15,5	137	2,5
2008	311	ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ (крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	200	11,5	13,5	37,5	317	1,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			658	19,1	20,1	82,9	591	4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	1,5	2	14,9	83	0
Итого			240	7,1	6,9	24,2	188	1
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, морковь)	60	1	1,1	4,6	33	9,8
2008	212	ОТВАРНЫЕ РОЖКИ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	5,3	3,9	34,2	193	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			450	9,5	5,2	67	353	9,8
Всего				49	40,3	238,5	1518	15,8



МЕНЮ
7 июля 2025 г.
Ясли 12 часов

Заведующая
МДОУ "Детский сад №122"
Кошелева А.В./

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 МАННАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	150	4,6	2,6	18,9	118	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,4	2	10,5	71	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн. формовой мука высш сорт)	30/4	3,2	1,3	15,1	84	0
Итого			364	10,2	5,9	44,5	273	0,9
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, сметана 15% жирности)	150/6	3,7	4,4	13,3	109	2
2008	311	ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ (крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	160	9,8	11,1	33,7	275	1,4
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			506	16,1	15,9	71,9	497	3,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	1,5	2	14,9	83	0
Итого			190	5,8	5,7	21,9	162	0,8
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, морковь)	40	0,6	0,9	2,6	22	6,4
2012	317	ОТВАРНЫЕ РОЖКИ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	150	5,3	3,2	34,2	187	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6,9	28	0
Итого			400	8,3	4,3	58,8	308	6,4
Всего				40,4	31,8	197,1	1240	11,5