



МЕНЮ
15 апреля 2025 г.
Ясли 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								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, соль йодированная)	150	4,7	2,9	18,7	121	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,4	1,9	10,6	70	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/4	2,3	3,5	15,1	101	0
Итого			364	9,4	8,3	44,4	292	0,9
Обед								
2008	75	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	151/6	3	5,3	10	103	5
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ (кури потрош. 1 категории, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), соль йодированная, лук репчатый)	58	10	9,3	7,8	155	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	2,2	3,3	13,6	93	6,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			505	17,8	18,3	55,3	461	12,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2012	474	ШТОЛИ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	46	4,7	3,2	26,2	153	0,1
Итого			196	9	6,9	33,2	232	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,9	2	4,9	41	2,3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЯЙЦОМ (капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), томатная паста)	153	3,4	2,9	7,3	71	22,6
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	24	0
Итого			423	6,7	5,1	33,3	207	24,9
Всего				42,9	38,6	166,2	1192	38,8



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

МЕНЮ
15 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	417	КАША ПШЕННАЯ (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,5	3,3	21,8	140	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,2	13,2	84	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
Итого			446	11,3	10,7	55,1	364	1,1
Обед								
2008	75	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, кури потрош. 1 категории)	200/8	3,5	5,9	11,6	117	5,7
2008	314	КНЕЛИ КУРИНЫЕ (кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый, крупа рисовая)	69	11,6	11,8	9,3	190	0,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,8	3,6	17,2	112	8,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			657	21,2	21,7	67,1	552	14,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	474	ШТОЛИ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	70	6,2	3,5	34,2	193	0,1
Итого			270	11,8	8,4	43,5	298	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	1	3,3	25	1,6
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЯЙЦОМ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), томатная паста)	153	3,3	2,8	7,4	70	22,6
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	33	0
Итого			433	7,1	4	38,9	223	24,2
Всего				51,4	44,8	204,6	1437	41