

Согласовано

заведующая

МДОУ "Детский сад №122"

Кошелева А.В./

МЕНЮ

15 июля 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	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 2.5% жирности)	150	4,6	2,9	14,8	105	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	180	2,4	2	10,7	72	0,4
2008	74	БАТОН (батон нарезной пшен. мука высш. сорт. обог. микронутриентами)	30	2,2	0,9	14,9	76	0
Итого			360	9,2	5,8	40,4	253	0,9
Обед								
2008	99	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, вода питьевая, фасоль, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, кури потрош. 1 категории)	150/7	4,6	4,5	10,1	103	7,3
2012	210	ВЕРМИШЕЛЕВАЯ ЗАПЕКАНКА С КУРИНЫМ МЯСОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, яйца куриные (шт.), кури потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое)	160	12,8	11,6	31,8	282	0,6
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			507	20	16,5	65,8	495	7,9
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, соль йодированная, молоко пастер. 2.5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	60	5,1	2,9	30	167	0,1
Итого			210	9,4	6,6	37	246	0,9
Ужин								
2008		ТОМАТ СОЛЕННЫЙ (томаты соленые)	40	0,4		1	6	4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,2	4,4	20,4	133	9,8
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		7,1	29	0
Итого			400	6	4,6	43,6	239	13,8
Всего				44,6	33,5	186,8	1233	23,5

Согласовано

,заведующая

МДОУ "Детский сад №122"

Кошелева А.В./

МЕНЮ

15 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,5	3,4	19	128	0,6
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	74	БАТОН (батон нарезной пшен, мука высш. сорт обог. микроэлементами)	40	2,5	1	17,3	88	0
Итого			440	10,8	6,8	48,4	298	1,1
Обед								
2008	99	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, вода питьевая, фасоль, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, кури потрош. 1 категории)	200/8	5,5	6	12,4	130	8,9
2012	210	ВЕРМИШЕЛЕВАЯ ЗАПЕКАНКА С КУРИНЫМ МЯСОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, яйца куриные (шт.), кури потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое)	200	15,3	14,2	38,8	344	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	47	3,1	0,4	19,9	96	0
Итого			655	23,9	20,6	78,9	601	9,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2012	474	ШТОЛИ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	70	6,5	3,5	38,3	210	0,2
Итого			270	12,1	8,4	47,6	315	1,2
Ужин								
2008		ТОМАТ СОЛЕНЫЙ (томаты соленные)	60	0,7		1,6	9	6,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,2	6,1	20,4	149	9,8
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			450	7,1	6,3	50,2	286	16,5
Всего				53,9	42,1	225,1	1500	28,4