

Согласовано

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

МЕНЮ

18 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		КАША "ДРУЖБА" (пшено, крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	150	4,8	3,1	19,5	125	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,4	2,1	11,6	76	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	9,5	8,7	46,2	302	1
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	4	4,6	15	120	3,3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, кури потрош. 1 категории)	160	8,5	8,4	6,7	138	20,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			506	15,1	13,4	46,5	371	23,5
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (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	92	УХА ИЗ СВЕЖЕЙ РЫБЫ (картофель, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, пшено, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.))	170	4,8	2,9	10,1	86	3,3
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	28	0
Итого			380	7,2	3,1	32,2	185	3,3
Всего				37,6	30,9	146,8	1020	28,6

Согласовано

заведующая

МДОУ "Детский сад №122"

/ Кошелева А.В./

МЕНЮ

18 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		КАША "ДРУЖБА" (пшено, крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	200	5,5	3,3	23,7	147	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,8	2,4	13	85	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/6	3,1	5,1	20,1	139	0
Итого			446	11,4	10,8	56,8	371	1,1
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	4,5	6,3	17,4	147	3,4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, томатная паста)	200	10,4	10,7	8,4	173	26,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	47	3,1	0,4	20,1	97	0
Итого			655	18	17,4	54,6	452	30,1
Полдник								
2008	434	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	92	УХА ИЗ СВЕЖЕЙ РЫБЫ (картофель, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, пшено, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.))	200	5,1	4,1	11,8	103	4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,9	0,2	18,9	89	0
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
Итого			440	8,1	4,3	39,7	228	4
Всего				44,6	39,4	175,3	1239	36,2