



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

МЕНЮ
21 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш. сорт, сахар песок, соль йодированная)	200	5,2	3	21,7	135	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,2	14,1	87	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	10,4	55,9	362	1,1
Обед								
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, томатная паста, кури потрош. 1 категории)	200/8	3,3	5,8	8,6	104	9,8
2008	311	ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ (крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	200	11,4	11,1	37,5	295	1,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			658	18	17,3	76	536	11,1
Полдник								
		СОК В АССОРТИМЕНТЕ ЗЛ (сок в ассортименте Зл.)	200	0,9	0,2	18	77	1,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	1,5	2	14,9	83	0
Итого			240	2,4	2,2	32,9	160	1,5
Ужин								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,2	3,6	20,4	127	9,8
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	60	1,1	4,9	4,3	67	1,6
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		9	36	0
Итого			450	7,5	8,7	53,8	325	11,4
Всего				38,9	38,6	218,6	1383	25,1

Согласовано

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

МЕНЮ

21 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш сорт, сахар песок, соль йодированная)	150	4,1	2,6	14,8	100	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	180	2,8	3,1	29,4	157	0,2
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	9,2	9,2	59,3	358	0,7
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, кури потрош. 1 категории, томатная паста)	150/6	2,8	4,2	7,3	81	8,3
2008	311	ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ (крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	160	9,4	8,7	30,2	237	1,3
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	14,8	13,3	62,3	431	9,6
Полдник								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	1,5	2	14,9	83	0
Итого			240	2,5	2,2	35,1	169	4
Ужин								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	149	3,1	3,6	20,4	126	9,8
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	40	0,7	3,3	2,8	44	1,1
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			399	6,2	7,1	45,3	269	10,9
Всего				32,7	31,8	202	1227	25,2