

Согласовано

заведующая

МДОУ "Детский сад №122"

Кошелева А.В./

МЕНЮ

28 апреля 2025 г.

Сад 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	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	200	5,3	3,1	34,2	186	0
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
2008	1	БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш сорт обог микронутриентами)	30	2,3	0,9	15,9	81	0
Итого			430	7,7	4	59,1	303	0
Обед								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, томатная паста)	200/8	1,7	4,2	8,6	84	9,7
2008	259	ГУЛЯШ С КУРИНЫМ МЯСОМ (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, соль йодированная)	70	8,7	10,9	5,4	154	1,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,9	4,4	18	123	8,6
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	16,6	19,9	61,9	498	19,7
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	189	КАША МАННАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	200	5,2	2,9	22,4	136	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		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			430	10,3	5,5	50,5	292	1,1
Всего				41,7	36,3	195,7	1281	21,8

Согласовано

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



МЕНЮ 28 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								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	150	4,3	2,9	27,4	153	0
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8	32	0
2008	1	БАТОН (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	25	1,9	0,7	12,9	66	0
Итого			355	6,3	3,6	48,3	251	0
Обед								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности)	150/6	1,5	2,8	7,2	64	8,3
2008	259	ГУЛЯШ С КУРИНЫМ МЯСОМ (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная)	60	7	8,2	3,7	118	1,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	2,2	3,2	13,6	93	6,5
к/к	к/к	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	13,3	14,6	49,3	388	16,1
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	189	КАША МАННАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок)	170	4,6	2,6	18,8	118	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,5	2,1	10,5	72	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	25	1,9	0,2	12,5	59	0
Итого			375	9	4,9	41,8	249	0,9
Всего				34,4	28,8	161,3	1050	17,8