

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 100"

\_\_\_\_\_/Дуплова И. В./

**МЕНЮ****1 августа 2025 г.****Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	3,71	0,07	33,83	0,00
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» С МАСЛОМ (пшено, *крупа рисовая (рис круглозерновой), *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	160/5	4,56	5,72	18,86	145,54	0,54
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	160	2,63	2,64	11,09	78,84	0,47
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,49</b>	<b>12,97</b>	<b>45,47</b>	<b>336,81</b>	<b>1,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	**СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	125	0,61	0,13	12,25	52,14	1,00
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,61</b>	<b>0,13</b>	<b>12,25</b>	<b>52,14</b>	<b>1,00</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ) НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая, горох лущеный)	150	3,46	1,82	11,36	76,04	2,79
2008	260	*АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, огурцы соленые, чеснок, морковь)	70	6,40	7,20	6,38	115,92	2,52
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	80	3,94	2,50	25,11	138,77	0,00
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	150	0,06	0,06	13,07	53,39	0,61
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>15,90</b>	<b>11,82</b>	<b>68,64</b>	<b>445,32</b>	<b>5,92</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	449	*ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ (*молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сахар песок, сода, соль йодированная, джем, дрожжи)	120/20	11,40	7,81	83,74	451,40	3,63
2012	385	*ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ (яблоки, *корица, сахар песок)	100	0,33	0,33	9,29	43,65	3,45
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>14,06</b>	<b>9,04</b>	<b>108,64</b>	<b>574,61</b>	<b>7,10</b>
<b>Всего</b>				<b>40,06</b>	<b>33,96</b>	<b>235,00</b>	<b>1 408,88</b>	<b>15,03</b>

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 100"

/Дуплова И. В./

# МЕНЮ

## 1 августа 2025 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	3,63	0,07	33,10	0,00
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» С МАСЛОМ (пшено, *крупа рисовая (рис круглозерновой), *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	180/5	5,98	6,68	27,73	195,28	0,61
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	180	2,94	2,96	12,41	88,43	0,54
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11,22</b>	<b>14,17</b>	<b>55,66</b>	<b>395,41</b>	<b>1,15</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	*СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок виноградный)	150	0,44	0,29	23,72	101,85	1,20
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,44</b>	<b>0,29</b>	<b>23,72</b>	<b>101,85</b>	<b>1,20</b>
<b>Обед</b>								
2010	10	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ) НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая, горох лущеный)	200	4,59	2,42	15,09	100,92	3,72
2008	260	*АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, огурцы соленые, чеснок, морковь)	70	6,40	7,20	6,38	115,92	2,52
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	5,91	3,68	37,68	207,49	0,00
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	180	0,07	0,07	15,64	63,91	0,73
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>19,01</b>	<b>13,61</b>	<b>87,51</b>	<b>549,44</b>	<b>6,97</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	449	*ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ (*молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сахар песок, сода, соль йодированная, джем, дрожжи)	120/20	11,38	8,79	83,70	459,80	3,63
2012	385	*ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ (яблоки, *корица, сахар песок)	100	0,34	0,34	9,20	43,34	3,45
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,95	0,02
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>14,05</b>	<b>10,03</b>	<b>108,51</b>	<b>582,69</b>	<b>7,10</b>
<b>Всего</b>				<b>44,72</b>	<b>38,10</b>	<b>275,40</b>	<b>1 629,39</b>	<b>16,42</b>