

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 100"
_____/Дуплова И. В./

МЕНЮ
2 июля 2025 г.
Ясли 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		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	3,69	0,07	33,72	0,00
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (крупа манная, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	160/5	3,75	4,87	15,80	121,82	0,42
2010	96	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	0,08	0,00	4,54	18,48	0,02
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	14	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			344	6,13	9,46	35,86	252,62	0,44
II Завтрак								
2012	401	*КЕФИР (*кефир 3,2 % жирности)	101	2,83	3,12	3,90	57,55	0,28
Итого			101	2,83	3,12	3,90	57,55	0,28
Обед								
2010	13	*СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ (макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, *петрушка (зелень), *куриная грудка филе, *куриное бедро филе)	150	2,88	2,87	9,31	74,75	0,69
2017	101	*СУФЛЕ ИЗ КУР (*молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, *куриное бедро филе, *куриная грудка филе, яйца куриные (шт.))	50	11,26	12,95	2,43	171,29	0,51
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	75	1,68	2,49	10,31	70,55	4,89
	ТК№0 15	*ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	30	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	150	0,06	0,06	13,88	56,61	0,61
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			485	18,16	18,61	49,43	438,60	7,90
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	105	9,29	11,22	2,38	147,75	0,22
2012	469	*БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	70	5,44	7,84	42,93	265,37	0,00
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,73	0,01
Итого			325	14,79	19,06	45,44	413,85	0,23
Всего				41,91	50,25	134,63	1 162,62	8,85

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 100"
_____/Дуплова И. В./

МЕНЮ
2 июля 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		*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	3,63	0,07	33,10	0,00
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (крупа манная, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	180/5	4,35	5,49	18,52	140,67	0,47
2010	96	*ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,10	0,00	5,29	21,55	0,02
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	14	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			384	6,75	10,02	39,33	273,92	0,49
II Завтрак								
2012	401	*КЕФИР (*кефир 3,2 % жирности)	101	2,83	3,12	3,90	57,55	0,28
Итого			101	2,83	3,12	3,90	57,55	0,28
Обед								
2010	13	*СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ (макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, *петрушка (зелень), *куриная грудка филе, *куриное бедро филе)	200	3,77	3,72	12,36	98,61	0,88
2017	101	*СУФЛЕ ИЗ КУР (*молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, *куриное бедро филе, *куриная грудка филе, яйца куриные (шт.))	65	15,71	18,21	3,52	240,64	0,71
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	95	2,11	3,08	12,88	87,88	6,11
	ТК№0 15	*ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	30	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	180	0,07	0,07	16,43	67,05	0,73
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			600	23,94	25,32	58,69	559,58	9,63
Уплотненный полдник								
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	135	11,64	14,09	2,99	185,32	0,27
2012	469	*БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	70	5,50	7,91	42,95	266,30	0,00
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,95	0,02
Итого			385	17,22	22,00	46,10	452,57	0,29
Всего				50,74	60,46	148,02	1 343,62	10,69