

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 июня 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 | 3,63 | 0,07 | 33,10 | 0,00 |
| 2010 | 14 | *СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт., масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная) | 160/5 | 4,80 | 6,36 | 14,13 | 133,36 | 0,66 |
| 2012 | 125 | *НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ (сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *напиток цикорий) | 160 | 3,49 | 3,72 | 13,23 | 100,88 | 0,62 |
| | ТК №004 | *БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный) | 30 | 2,25 | 0,90 | 15,45 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 360 | 10,59 | 14,61 | 42,88 | 345,94 | 1,28 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 401 | *СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности) | 100 | 2,62 | 2,43 | 10,48 | 76,63 | 0,28 |
| Итого | | | 100 | 2,62 | 2,43 | 10,48 | 76,63 | 0,28 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 6 | *БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, свинина мясная, соль йодированная, лавровый лист, чеснок, вода питьевая, сметана 15% жирности) | 150/5 | 2,40 | 4,87 | 8,12 | 86,41 | 5,37 |
| 2012 | 298 | *ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (свинина мясная, капуста белокочанная, *крупа рисовая (рис круглозерновой), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт., томатная паста, морковь, сахар песок, соль йодированная, сметана 15% жирности) | 150/40 | 13,15 | 26,87 | 18,63 | 366,10 | 11,16 |
| | ТК№0 14 | *ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые) | 20 | 0,20 | 0,05 | 0,76 | 4,80 | 2,00 |
| 2015 | 349 | *НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 150 | 0,00 | 0,00 | 4,45 | 17,80 | 0,00 |
| | ТК №003 | *ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий) | 30 | 2,04 | 0,24 | 12,72 | 61,20 | 0,00 |
| Итого | | | 545 | 17,79 | 32,03 | 44,68 | 536,31 | 18,53 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 238 | *ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И ТЫКВОЙ (*творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь, тыква свежая, яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности) | 100 | 12,97 | 9,76 | 19,64 | 220,94 | 0,89 |
| 1994 | 550 | * СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий) (*молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт., вода питьевая, сахар песок) | 30 | 0,59 | 1,61 | 3,85 | 32,18 | 0,08 |
| | ТК №010 | *ФРУКТ СЕЗОННЫЙ (яблоки) | 130 | 0,52 | 0,52 | 12,91 | 57,79 | 5,23 |
| 2012 | 391 | *ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая) | 150 | 0,06 | 0,00 | 0,13 | 0,72 | 0,01 |
| | ТК №004 | *БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный) | 30 | 2,25 | 0,90 | 15,45 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 440 | 16,39 | 12,79 | 51,98 | 390,23 | 6,21 |
| Всего | | | | 47,39 | 61,86 | 150,02 | 1 349,11 | 26,30 |

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 июня 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 | 14 | *СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт., масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная) | 180/5 | 5,40 | 7,13 | 15,92 | 149,97 | 0,75 |
| 2012 | 125 | *НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ (сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *напиток цикорий) | 180 | 3,93 | 4,19 | 14,88 | 113,43 | 0,70 |
| | ТК №004 | *БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный) | 30 | 2,25 | 0,90 | 15,45 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 400 | 11,63 | 15,85 | 46,32 | 375,10 | 1,45 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 401 | *СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности) | 120 | 3,14 | 2,91 | 12,57 | 91,96 | 0,34 |
| Итого | | | 120 | 3,14 | 2,91 | 12,57 | 91,96 | 0,34 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 6 | *БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, свинина мясная, соль йодированная, лавровый лист, чеснок, вода питьевая, сметана 15% жирности) | 200/5 | 3,17 | 6,38 | 10,60 | 113,13 | 7,07 |
| 2012 | 298 | *ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (свинина мясная, капуста белокочанная, *крупа рисовая (рис круглозерновой), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт., томатная паста, морковь, сахар песок, соль йодированная, сметана 15% жирности) | 170/40 | 14,78 | 30,13 | 20,28 | 408,39 | 12,34 |
| | ТК№0 14 | *ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые) | 20 | 0,20 | 0,05 | 0,76 | 4,80 | 2,00 |
| 2015 | 349 | *НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,00 | 0,00 | 5,23 | 20,92 | 0,00 |
| | ТК №003 | *ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий) | 30 | 2,04 | 0,24 | 12,72 | 61,20 | 0,00 |
| Итого | | | 645 | 20,19 | 36,80 | 49,59 | 608,44 | 21,41 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 238 | *ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И ТЫКВОЙ (*творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь, тыква свежая, яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности) | 120 | 15,57 | 11,83 | 23,51 | 265,98 | 1,07 |
| 1994 | 550 | * СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий) (*молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт., вода питьевая, сахар песок) | 30 | 0,58 | 1,53 | 3,89 | 31,62 | 0,08 |
| | ТК №010 | *ФРУКТ СЕЗОННЫЙ (яблоки) | 130 | 0,52 | 0,52 | 12,91 | 57,79 | 5,23 |
| 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 |
| Итого | | | 490 | 19,00 | 14,78 | 55,92 | 434,95 | 6,40 |
| Всего | | | | 53,96 | 70,34 | 164,40 | 1 510,45 | 29,60 |