

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 апреля 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | | *МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое) | 5 | 0,05 | 3,63 | 0,07 | 33,10 | 0,00 |
| 2008 | 189 | *КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (пшено, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 160/5 | 5,24 | 6,03 | 20,57 | 157,84 | 0,54 |
| 2012 | 397 | *КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | 160 | 4,63 | 4,68 | 11,41 | 107,11 | 0,72 |
| | ТК №004 | *БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный) | 30 | 2,25 | 0,90 | 15,45 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 360 | 12,17 | 15,24 | 47,50 | 376,65 | 1,26 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 103 | *КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (*сывороточно-молочные напитки) | 100 | 2,52 | 2,13 | 15,13 | 89,53 | 0,20 |
| Итого | | | 100 | 2,52 | 2,13 | 15,13 | 89,53 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 70 | *ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (капуста квашеная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, *петрушка (зелень), лавровый лист, чеснок, вода питьевая, свинина мясная, картофель) | 150 | 1,60 | 3,63 | 5,14 | 60,29 | 5,00 |
| 2016 | 287 | *«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ (свинина мясная, вода питьевая, *крупа рисовая (рис круглозерновой), соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт) | 100/30 | 11,00 | 25,49 | 10,66 | 313,00 | 0,45 |
| 2012 | 54 | *ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок) | 20 | 0,49 | 1,00 | 2,82 | 22,44 | 1,51 |
| 2015 | 349 | *НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 150 | 0,00 | 0,00 | 4,36 | 17,42 | 0,00 |
| | ТК №003 | *ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий) | 30 | 2,04 | 0,24 | 12,72 | 61,20 | 0,00 |
| Итого | | | 480 | 15,13 | 30,36 | 35,70 | 474,35 | 6,96 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 206 | *МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский) | 140 | 8,08 | 8,54 | 27,76 | 221,28 | 0,04 |
| 2012 | 393 | *ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон) | 180 | 0,13 | 0,00 | 8,02 | 32,82 | 0,22 |
| 2019 | ТК№008 | *ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье сахарное мука высш.сорт) | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,10 | 0,00 |
| Итого | | | 350 | 10,46 | 11,48 | 58,10 | 379,20 | 0,26 |
| Всего | | | | 40,28 | 59,21 | 156,43 | 1 319,73 | 8,68 |

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 апреля 2025 г.
Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | | *МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое) | 5 | 0,05 | 3,65 | 0,07 | 33,33 | 0,00 |
| 2008 | 189 | *КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (пшено, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 180/5 | 5,91 | 6,77 | 23,16 | 177,64 | 0,61 |
| 2012 | 397 | *КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | 180 | 5,18 | 5,24 | 13,41 | 122,57 | 0,81 |
| | ТК №004 | *БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный) | 30 | 2,25 | 0,90 | 15,45 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 400 | 13,39 | 16,56 | 52,09 | 412,14 | 1,42 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 103 | *КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (*сывороточно-молочные напитки) | 120 | 3,03 | 2,56 | 18,16 | 107,44 | 0,24 |
| Итого | | | 120 | 3,03 | 2,56 | 18,16 | 107,44 | 0,24 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 70 | *ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (капуста квашеная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, *петрушка (зелень), лавровый лист, чеснок, вода питьевая, свинина мясная, картофель) | 200 | 2,05 | 4,83 | 6,42 | 78,24 | 6,44 |
| 2016 | 287 | *«ЕЖИКИ» МЯСНЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ (свинина мясная, вода питьевая, *крупа рисовая (рис круглозерновой), соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт) | 120/50 | 12,71 | 29,54 | 12,95 | 365,38 | 0,52 |
| 2012 | 54 | *ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок) | 20 | 0,48 | 0,98 | 2,78 | 22,10 | 1,51 |
| 2015 | 349 | *НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,00 | 0,00 | 5,21 | 20,85 | 0,00 |
| | ТК №003 | *ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий) | 30 | 2,04 | 0,24 | 12,72 | 61,20 | 0,00 |
| Итого | | | 600 | 17,28 | 35,59 | 40,08 | 547,77 | 8,47 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 206 | *МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский) | 170 | 9,80 | 10,35 | 33,80 | 268,70 | 0,06 |
| 2012 | 393 | *ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон) | 195 | 0,15 | 0,00 | 9,05 | 37,06 | 0,25 |
| 2019 | ТК№008 | *ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье сахарное мука высш.сорт) | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,10 | 0,00 |
| Итого | | | 395 | 12,20 | 13,29 | 65,17 | 430,86 | 0,31 |
| Всего | | | | 45,90 | 68,00 | 175,50 | 1 498,21 | 10,44 |