

Утверждаю

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

# МЕНЮ

18 апреля 2025 г.

## Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                               | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          |                     | *МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                                                                          | 5     | 0,05              | 3,63       | 0,07             | 33,10                                         | 0,00                  |
| 2010                          | 38                  | *КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» С<br>МАСЛОМ<br>(пшено, *крупа рисовая (рис круглозерновой), *молоко пастер. 3,2%<br>жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло<br>сладко-сливочное несоленое)                                 | 160/5 | 5,06              | 5,93       | 22,44            | 163,63                                        | 0,54                  |
| 2010                          | 98                  | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ<br>(кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая,<br>сахар песок)                                                                                                                                  | 160   | 1,86              | 1,99       | 12,36            | 76,28                                         | 0,33                  |
|                               | ТК<br>№004          | *БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                            | 30    | 2,25              | 0,90       | 15,45            | 78,60                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  | 360   | 9,22              | 12,45      | 50,32            | 351,61                                        | 0,87                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 399                 | **СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                                     | 125   | 0,61              | 0,13       | 12,25            | 52,14                                         | 1,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  | 125   | 0,61              | 0,13       | 12,25            | 52,14                                         | 1,00                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 77                  | *СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА<br>МЯСНОМ БУЛЬОНЕ<br>(свинина мясная, картофель, морковь, лук репчатый, масло<br>подсолнечное рафинированное, вода питьевая, яйца куриные (шт.),<br>лавровый лист, *петрушка (зелень), соль йодированная)           | 150   | 2,68              | 3,72       | 10,85            | 87,61                                         | 5,40                  |
| 2012                          | 132                 | *КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ<br>(капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное,<br>томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт,<br>сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, лимонная кислота,<br>свинина мясная) | 180   | 8,82              | 17,48      | 10,71            | 234,88                                        | 25,87                 |
| 2012                          | 375                 | *КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК<br>(яблоки, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                                         | 150   | 0,06              | 0,06       | 13,08            | 53,46                                         | 0,62                  |
|                               | ТК<br>№003          | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб дарницкий)                                                                                                                                                                                                                | 30    | 2,04              | 0,24       | 12,72            | 61,20                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  | 510   | 13,60             | 21,50      | 47,36            | 437,15                                        | 31,89                 |
| Уплотненный полдник           |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2010                          | 40                  | *КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ<br>(крупа гречневая ядрица, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода<br>питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                    | 120/5 | 4,48              | 4,76       | 15,17            | 121,46                                        | 0,40                  |
| 2016                          | 202                 | *Пирог "МАННИК"<br>(крупа манная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное,<br>мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), *кефир 3,2 %<br>жирности, сода, ванилин, соль йодированная)                                                   | 50    | 1,67              | 4,64       | 15,11            | 108,99                                        | 0,04                  |
|                               | ТК<br>№010          | *ФРУКТ СЕЗОННЫЙ<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                                      | 130   | 0,52              | 0,52       | 12,91            | 57,79                                         | 5,23                  |
| 2012                          | 378                 | *КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ<br>(*клюква, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)                                                                                                                                                                 | 150   | 0,09              | 0,03       | 20,19            | 82,72                                         | 0,92                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  | 455   | 6,76              | 9,95       | 63,38            | 370,96                                        | 6,59                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                  |       | 30,19             | 44,03      | 173,31           | 1 211,86                                      | 40,35                 |

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 100"

\_\_\_\_\_/Дуплова И. В./

# МЕНЮ

18 апреля 2025 г.

## Сад 12 часов

| Сбор-ник рецеп-тур  | № 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                |               | *МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                                                                 | 5     | 0,05              | 3,65    | 0,07         | 33,33                            | 0,00           |
| 2010                | 38            | *КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» С МАСЛОМ<br>(пшено, *крупа рисовая (рис круглозерновой), *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)                                 | 180/5 | 6,40              | 6,80    | 30,42        | 208,82                           | 0,61           |
| 2010                | 98            | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ<br>(кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                            | 180   | 2,10              | 2,23    | 14,45        | 88,02                            | 0,38           |
|                     | ТК №004       | *БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                   | 30    | 2,25              | 0,90    | 15,45        | 78,60                            | 0,00           |
| Итого               |               |                                                                                                                                                                                                                                         | 400   | 10,80             | 13,58   | 60,39        | 408,77                           | 0,99           |
| II Завтрак          |               |                                                                                                                                                                                                                                         |       |                   |         |              |                                  |                |
| 2012                | 399           | *СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ<br>(сок виноградный)                                                                                                                                                                                          | 150   | 0,44              | 0,29    | 23,72        | 101,85                           | 1,20           |
| Итого               |               |                                                                                                                                                                                                                                         | 150   | 0,44              | 0,29    | 23,72        | 101,85                           | 1,20           |
| Обед                |               |                                                                                                                                                                                                                                         |       |                   |         |              |                                  |                |
| 2012                | 77            | *СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ<br>(свинина мясная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, яйца куриные (шт.), лавровый лист, *петрушка (зелень), соль йодированная)           | 200   | 3,44              | 4,95    | 13,35        | 111,89                           | 6,64           |
| 2012                | 132           | *КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ<br>(капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, лимонная кислота, свинина мясная) | 230   | 11,25             | 24,76   | 13,87        | 322,82                           | 33,08          |
| 2012                | 375           | *КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК<br>(яблоки, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                                | 180   | 0,07              | 0,07    | 15,69        | 64,10                            | 0,73           |
|                     | ТК №003       | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб дарницкий)                                                                                                                                                                                                       | 30    | 2,04              | 0,24    | 12,72        | 61,20                            | 0,00           |
| Итого               |               |                                                                                                                                                                                                                                         | 640   | 16,80             | 30,02   | 55,63        | 560,01                           | 40,45          |
| Уплотненный полдник |               |                                                                                                                                                                                                                                         |       |                   |         |              |                                  |                |
| 2010                | 40            | *КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ<br>(крупа гречневая ядрица, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                              | 120/5 | 4,46              | 4,67    | 15,20        | 120,84                           | 0,40           |
| 2016                | 202           | *Пирог "МАННИК"<br>(крупа манная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), *кефир 3,2 % жирности, сода, ванилин, соль йодированная)                                                | 50    | 1,64              | 4,67    | 15,00        | 108,78                           | 0,04           |
|                     | ТК №010       | *ФРУКТ СЕЗОННЫЙ<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                             | 130   | 0,52              | 0,52    | 12,91        | 57,79                            | 5,23           |
| 2012                | 378           | *КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ<br>(*клюква, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)                                                                                                                                                        | 180   | 0,10              | 0,04    | 24,21        | 99,20                            | 1,11           |
| Итого               |               |                                                                                                                                                                                                                                         | 485   | 6,72              | 9,90    | 67,32        | 386,61                           | 6,78           |
| Всего               |               |                                                                                                                                                                                                                                         |       | 34,76             | 53,79   | 207,06       | 1 457,24                         | 49,42          |