

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 100"

/Дуплова И. В./

МЕНЮ**18 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)	4	0,04	3,18	0,06	29,06	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	3,96	4,95	16,19	125,47	0,47
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	160	2,25	2,29	9,49	67,76	0,40
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			359	8,50	11,32	41,19	300,89	0,87
II Завтрак								
2012	399	**СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	137	0,67	0,14	13,44	57,22	1,10
Итого			137	0,67	0,14	13,44	57,22	1,10
Обед								
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	2,95	1,46	9,70	64,10	2,38
2008	260	*АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, огурцы соленые, чеснок, морковь)	55	5,11	5,75	5,09	92,55	2,01
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	80	3,38	2,12	21,54	118,82	0,00
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	150	0,05	0,05	11,15	45,61	0,52
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	38	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			473	13,53	9,62	60,20	382,28	4,91
Уплотненный полдник								
2012	449	*ОЛАДЫ С ДЖЕМОМ (*молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сахар песок, сода, соль йодированная, джем, дрожжи)	100/20	9,76	6,66	71,94	387,13	3,22
2012	385	*ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ (яблоки, *корица, сахар песок)	85	0,28	0,28	7,94	37,37	2,94
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,05	0,00	0,11	0,64	0,01
Итого			385	10,09	6,94	79,99	425,14	6,17
Всего				32,79	28,02	194,82	1 165,53	13,05

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 100"

_____/Дуплова И. В./

МЕНЮ**18 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	3,33	0,06	30,42	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	5,54	6,26	25,57	181,00	0,57
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	180	2,72	2,76	11,37	81,64	0,48
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	32	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			402	10,56	13,25	52,45	371,66	1,05
II Завтрак								
2012	399	*СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок виноградный)	138	0,40	0,27	21,80	93,60	1,10
Итого			138	0,40	0,27	21,80	93,60	1,10
Обед								
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	4,22	2,23	13,89	92,88	3,42
2008	260	*АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, огурцы соленые, чеснок, морковь)	60	5,53	6,22	5,51	100,17	2,18
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	5,43	3,39	34,61	190,87	0,00
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	180	0,07	0,07	14,42	58,91	0,67
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	41	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			601	17,29	12,15	81,15	504,03	6,27
Уплотненный полдник								
2012	449	*ОЛАДЫ С ДЖЕМОМ (*молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сахар песок, сода, соль йодированная, джем, дрожжи)	110/20	10,54	8,10	77,47	425,18	3,47
2012	385	*ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ (яблоки, *корица, сахар песок)	90	0,31	0,31	8,45	39,84	3,17
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,06	0,00	0,12	0,68	0,01
Итого			400	10,91	8,41	86,04	465,70	6,65
Всего				39,16	34,08	241,44	1 434,99	15,07