

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 августа 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ 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	3,38	0,07	30,90	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	5,00	5,50	20,04	149,98	0,49
2012	393	*ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	160	0,10	0,00	9,69	39,33	0,20
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	29	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			359	7,40	9,78	45,25	298,81	0,69
II Завтрак								
2010	103	*КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (*сывороточно-молочные напитки)	98	2,46	2,09	14,78	87,45	0,20
Итого			98	2,46	2,09	14,78	87,45	0,20
Обед								
2012	70	*ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, *петрушка (зелень), лавровый лист, чеснок, вода питьевая, свинина мясная, картофель)	150	1,46	3,28	5,03	55,88	5,86
2016	287	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ (свинина мясная, вода питьевая, *крупа рисовая (рис круглозерновой), соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт)	95/30	10,03	23,26	9,67	285,53	0,41
2015	349	*НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	4,08	16,34	0,00
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	28	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			453	13,53	26,78	31,50	418,95	6,27
Уплотненный полдник								
2012	206	*МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	160	9,29	9,38	32,28	252,10	0,05
2019	ТК№008	*ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	27	2,05	2,68	20,34	113,98	0,00
2012	391	*ЧАЙ КАРКАДЕ (*чай "каркаде", вода питьевая, сахар песок)	150	0,00	0,00	3,71	14,83	0,36
Итого			337	11,34	12,06	56,33	380,91	0,41
Всего				34,73	50,71	147,86	1 186,12	7,57

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 августа 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ 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	3,50	0,07	31,96	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	5,84	6,50	23,21	175,12	0,58
2012	393	*ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,13	0,00	11,41	46,37	0,26
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	31	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			401	8,27	10,90	50,14	332,05	0,84
II Завтрак								
2010	103	*КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (*сывороточно-молочные напитки)	99	2,49	2,11	14,97	88,55	0,20
Итого			99	2,49	2,11	14,97	88,55	0,20
Обед								
2012	70	*ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, *петрушка (зелень), лавровый лист, чеснок, вода питьевая, свинина мясная, картофель)	200	2,02	4,77	7,01	79,25	8,17
2016	287	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ (свинина мясная, вода питьевая, *крупа рисовая (рис круглозерновой), соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт)	115/50	12,10	28,22	12,34	349,02	0,50
2015	349	*НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,01	20,02	0,00
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			575	16,16	33,23	37,08	509,49	8,67
Уплотненный полдник								
2012	206	*МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	180	10,42	10,72	36,08	283,89	0,06
2012	391	*ЧАЙ КАРКАДЕ (*чай "каркаде", вода питьевая, сахар песок)	180	0,01	0,00	4,75	18,95	0,46
2019	ТК№008	*ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	29	2,15	2,80	21,29	119,35	0,00
Итого			389	12,58	13,52	62,12	422,19	0,52
Всего				39,50	59,76	164,31	1 352,28	10,23