

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 марта 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	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	5,06	5,89	22,33	162,91	0,54
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	160	1,86	1,99	12,33	76,15	0,33
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			360	9,22	12,41	50,18	350,76	0,87
II Завтрак								
2012	399	**СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (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 МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (свинина мясная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, яйца куриные (шт.), лавровый лист, *петрушка (зелень), соль йодированная)	150	2,74	3,89	10,85	89,39	5,40
2012	132	*КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, лимонная кислота, свинина мясная)	180	8,83	17,53	10,91	236,21	25,91
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	150	0,06	0,06	13,08	53,42	0,61
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			510	13,67	21,72	47,56	440,22	31,92
Уплотненный полдник								
2010	40	*КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ (крупа гречневая ядрица, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	120/5	4,47	4,69	15,21	121,01	0,40
2016	202	*Пирог "МАННИК" (крупа манная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), *кефир 3,2 % жирности, сода, ванилин, соль йодированная)	50	1,70	4,68	15,11	109,42	0,04
	ТК №010	*ФРУКТ СЕЗОННЫЙ (яблоки)	130	0,52	0,52	12,91	57,79	5,23
2012	378	*КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ (*клюква, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	150	0,09	0,03	20,23	82,87	0,92
Итого			455	6,78	9,92	63,46	371,09	6,59
Всего				30,28	44,18	173,45	1 214,21	40,38

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 марта 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	3,65	0,07	33,36	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	6,40	6,75	30,35	208,19	0,61
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,10	2,23	14,43	87,92	0,38
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			400	10,80	13,53	60,30	408,07	0,99
II Завтрак								
2012	399	*СОКИ ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (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 (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	13,36	111,92	6,64
2012	132	*КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (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	24,73	13,87	322,52	33,08
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	180	0,07	0,07	15,67	64,04	0,73
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			640	16,80	29,99	55,62	559,68	40,45
Уплотненный полдник								
2010	40	*КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ (крупа гречневая ядрица, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	120/5	4,46	4,71	15,18	121,13	0,40
2016	202	*Пирог "МАННИК" (крупа манная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), *кефир 3,2 % жирности, сода, ванилин, соль йодированная)	50	1,68	4,71	15,06	109,60	0,04
	ТК №010	*ФРУКТ СЕЗОННЫЙ (яблоки)	130	0,52	0,52	12,91	57,79	5,23
2012	378	*КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ (*клюква, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	180	0,10	0,04	24,23	99,26	1,11
Итого			485	6,76	9,98	67,38	387,78	6,78
Всего				34,80	53,79	207,02	1 457,38	49,42