

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 100"

_____/Дуплова И. В./

МЕНЮ

25 апреля 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	97	*ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	160	2,62	2,63	11,17	79,14	0,47
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			360	9,98	13,05	49,02	353,75	1,01
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								
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	3,45	1,87	11,34	76,33	2,79
2008	260	*АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, огурцы соленые, чеснок, морковь)	70	6,40	7,20	6,38	115,92	2,52
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	80	3,96	2,44	25,20	138,63	0,00
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	150	0,06	0,06	13,08	53,41	0,61
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			480	15,91	11,81	68,72	445,49	5,92
Уплотненный полдник								
2012	449	*ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ (*молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сахар песок, сода, соль йодированная, джем, дрожжи)	120/20	11,43	6,87	83,69	442,74	3,63
2012	385	*ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ (яблоки, *корица, сахар песок)	100	0,33	0,33	9,17	43,21	3,45
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
Итого			420	11,84	7,20	93,02	486,91	7,10
Всего				38,34	32,19	223,01	1 338,29	15,03

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ 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) (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)	180/5	6,40	6,78	30,43	208,72	0,61
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	180	2,94	2,96	12,44	88,54	0,54
	ТК №004	*БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			400	11,64	14,27	58,39	408,96	1,15
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								
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	4,60	2,39	15,11	100,80	3,72
2008	260	*АЗУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, огурцы соленые, чеснок, морковь)	70	6,40	7,20	6,38	115,92	2,52
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	5,91	3,64	37,68	207,14	0,00
2012	375	*КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	180	0,07	0,07	15,71	64,19	0,73
	ТК №003	*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб дарницкий)	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			600	19,02	13,54	87,60	549,25	6,97
Уплотненный полдник								
2012	449	*ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ (*молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), сахар песок, сода, соль йодированная, джем, дрожжи)	120/20	11,38	6,80	83,69	442,01	3,63
2012	385	*ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ (яблоки, *корица, сахар песок)	100	0,34	0,34	9,18	43,26	3,45
2012	391	*ЧАЙ без сахара (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
Итого			420	11,80	7,14	93,03	486,23	7,10
Всего				42,90	35,24	262,74	1 546,29	16,42