МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САРАНСК "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 10"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САРАНСК "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 10"
Дата: 2025.03.14 14:03:30 +03'00'

Согласовано

Заведующая
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"
_____/Гераськина О.Д./

МЕНЮ

17 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,4	5,3	24,6	167	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	29/6/4	3	6,3	14,4	126	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170	0,1		5,8	24	0
Итого			**359**	**8,5**	**11,6**	**44,8**	**317**	**0**
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4	7,3	5,9	110	2,8
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (капуста белокочанная, куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	160	7,5	7,7	12	149	17,6
2008	441	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	160			5,8	23	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	41	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			**511**	**14,2**	**15,4**	**41**	**365**	**20,4**
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	152	0,8	0,2	15,4	67	3,12
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА". (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), соль йодированная)	50	5	4,3	27,3	168	0,1
Итого			**202**	**5,8**	**4,5**	**42,7**	**235**	**3,22**
Ужин								
2008	189/1	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3	4,5	13,9	109	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,7	2,3	10,6	75	0,5
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	29	2,2	0,2	14,8	70	0
Итого			**359**	**7,9**	**7**	**39,3**	**254**	**0,9**
Всего				**36,4**	**38,5**	**167,8**	**1171**	**24,52**

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.

Согласовано

Заведующая
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"
_____ /Гераськина О.Д./

МЕНЮ

17 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	160	5,8	5,6	26,3	178	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	29/6/6	3,5	6,8	14,4	132	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		6,3	26	0
Итого			**401**	**9,4**	**12,4**	**47**	**336**	**0**
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	180	4,6	8,4	6,7	126	3,1
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (капуста белокочанная, куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	200	9,6	9,8	16,3	194	21,2
2008	441	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	51	3,4	0,4	21,5	103	0
Итого			**631**	**17,6**	**18,6**	**51,3**	**450**	**24,3**
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	152	0,8	0,2	15,4	67	3,12
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА". (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), соль йодированная)	70	6,6	6,3	39,2	241	0,1
Итого			**222**	**7,4**	**6,5**	**54,6**	**308**	**3,22**
Ужин								
2008	189/1	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	200	4	5,1	18,8	139	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,9	2,5	11,2	79	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	39	3	0,2	19,7	93	0
Итого			**439**	**9,9**	**7,8**	**49,7**	**311**	**1,1**
Всего				**44,3**	**45,3**	**202,6**	**1405**	**28,62**

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.