

Согласовано

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



МЕНЮ

1 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								
2008		КАША НЕЖНОСТЬ (овсяные хлопья "геркулес", крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,9	5,6	15,7	130	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/6	2,2	5,1	14,5	112	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	2,6	2,1	10,7	73	0,4
Итого			356	8,7	12,8	40,9	315	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	102	0,5	0,1	10,3	44	2
Итого			102	0,5	0,1	10,3	44	2
Обед								
2008	100/1	БОРЩ НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, шейка индейки, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,5	6,4	6,2	102	6,7
2012	291/1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ. (шейка индейки., картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная)	160	9	13,1	16,3	219	8,3
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)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			510	15,1	19,9	45,3	426	15
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,2	3,6	7	78	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			175	6,1	6,1	25,6	182	0,8
Ужин								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	128	2,5	4,1	7,2	78	23,8
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6,5	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	14,9	70	0
Итого			378	9,8	8,8	28,9	235	23,8
Всего				40,2	47,7	151	1202	42,4

Бухгалтер

Ларина Е.Ю.

Повар

Мисюра А.К.

Согласовано

МАДОУ "Центр развития ребенка" - детский сад № 10"

Заведующая

Гераськина О.Д./

МЕНЮ

1 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								
2008		КАША НЕЖНОСТЬ (овсяные хлопья "геркулес", крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	200	5,3	6,9	22,4	174	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/6	2,2	5,1	14,5	112	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,8	2,2	11,6	78	0,5
Итого			416	10,3	14,2	48,5	364	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	102	0,5	0,1	10,3	44	2
Итого			102	0,5	0,1	10,3	44	2
Обед								
2008	100/1	БОРЩ НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, шейка индейки., масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,2	7,5	7,4	117	7,3
2012	291/1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ. (шейка индейки., картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная)	200	11,2	16,2	20,1	270	10,3
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)	50	3,3	0,4	21,1	102	0
Итого			630	18,7	24,1	55,4	516	17,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			225	7,5	7,4	27,9	209	1
Ужин								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	129	3,1	5,1	9,1	96	29,8
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		6,7	27	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3	0,2	19,9	94	0
Итого			409	11,1	9,8	36	278	29,8
Всего				48,1	55,6	178,1	1411	51,5

Бухгалтер Миз Ларина Е.Ю.Повар Миз Мисюра А.К.