

Согласовано

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"

Заведующая

Лерасськина О.Д./

МЕНЮ

4 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	4	5,6	17,8	139	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	29/6	2,1	5,1	14,3	111	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	2,6	2,2	9,8	71	0,4
Итого			355	8,7	12,9	41,9	321	0,8
Обед								
2012	85/1	СУП НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, шейка индейки., мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4,3	7	9	120	2
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	148	17,6
		КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			14,6	58	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	14,4	15,1	52,6	408	19,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	151	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ". (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	50	4,9	4,4	26,3	163	0,1
Итого			201	9,2	8,1	33,3	242	0,9
Ужин								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	7,2	3,2	4,1	74	0,4
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох лущеный, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	12,9	4,1	27,1	197	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)	39	3	0,2	19,6	93	0
Итого			409	23,2	7,5	57,3	390	0,4
Всего				55,5	43,6	185,1	1361	21,7

Бухгалтер

Ларина Е.Ю.

Повар

Мисюра А.К.



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

МЕНЮ
4 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	5,5	6,9	24,3	183	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	29/6	2,1	5,1	14,3	111	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	201	2,9	2,5	11,2	79	0,5
Итого			436	10,5	14,5	49,8	373	1,1
Обед								
2012	85/1	СУП НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, шейка индейки., мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,1	8,3	10,7	142	2,1
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	9,5	9,8	16,3	194	21,1
		КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			20,9	84	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			630	17,9	18,5	69,1	522	23,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	201	5,6	4,9	9,4	105	1
2008	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ". (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	70	6,6	6,4	37	232	0,1
Итого			271	12,2	11,3	46,4	337	1,1
Ужин								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	70	7,6	3,1	6,6	86	0,4
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох лущеный, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	12,9	4,1	27,1	197	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)	39	3	0,2	19,6	93	0
Итого			439	23,6	7,4	60	403	0,4
Всего				64,2	51,7	225,3	1635	25,8

Бухгалтер Мш Ларина Е.Ю.

Повар Мш Мисюра А.К.