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: 2025.04.22 15:22:00 +03'00'

Согласовано

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

МЕНЮ

8 апреля 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	189/1	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,7	5,4	14,8	124	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170	0,1		5,8	24	0
Итого			**356**	**6**	**10,5**	**35,2**	**261**	**0,4**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	103	0,5	0,1	10,5	45	2,1
Итого			**103**	**0,5**	**0,1**	**10,5**	**45**	**2,1**
Обед								
2008	100/1	СВЕКОЛЬНИК НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, шейка индейки., масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,4	6,3	6,2	100	6,7
2012	304/1	ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ (шейка индейки., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	160	8,6	9	37,5	266	1,2
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	2,7	0,4	17,1	82	0
Итого			**510**	**14,7**	**15,7**	**66,6**	**471**	**7,9**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	149	4,2	3,6	7	78	0,8
2008	485	ПЛЮШКА С САХАРОМ. (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	50	4,9	4,3	26,8	165	0,1
Итого			**199**	**9,1**	**7,9**	**33,8**	**243**	**0,9**
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ МАННЫЙ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ. (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	150/40	18,7	13,1	17,9	267	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,7	2,2	10,6	75	0,5
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			**400**	**23,7**	**15,5**	**43,6**	**413**	**0,9**
Всего				**54**	**49,7**	**189,7**	**1433**	**12,2**

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.

Согласовано

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

МЕНЮ

8 апреля 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	189/1	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	200	4,8	6,2	20,5	158	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		6,3	26	0
Итого			**436**	**7,1**	**11,3**	**41,4**	**297**	**0,6**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	103	0,5	0,1	10,5	45	2,1
Итого			**103**	**0,5**	**0,1**	**10,5**	**45**	**2,1**
Обед								
2008	100/1	СВЕКОЛЬНИК НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, шейка индейки., масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	4	7,4	7,1	116	7,2
2012	304/1	ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ (шейка индейки., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сладко -сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	180	10,5	11	45,2	322	1,4
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	21,4	103	0
Итого			**630**	**17,8**	**18,8**	**80,5**	**568**	**8,6**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	199	5,6	4,9	9,2	104	1
2008	485	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	70	6,6	6,4	37,6	234	0,1
Итого			**269**	**12,2**	**11,3**	**46,8**	**338**	**1,1**
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ МАННЫЙ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ. (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	150/40	18,7	13,9	17,9	274	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,7	2,3	10,8	76	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,2	95	0
Итого			**430**	**24,5**	**16,4**	**48,9**	**445**	**0,9**
Всего				**62,1**	**57,9**	**228,1**	**1693**	**13,3**

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.