

Согласовано

МАДОУ Центр развития ребенка - детский сад № 10\*

Заведующая

/Гераськина О.Д./



## МЕНЮ

15 апреля 2025 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		<b>КАША НЕЖНОСТЬ</b> (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	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ</b> (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/6	2,2	5,1	14,4	111	0
2008	432	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.</b> (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	2,6	2,1	10,7	73	0,4
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>8,7</b>	<b>12,8</b>	<b>40,8</b>	<b>314</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> (сок яблочный)	99	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	100/1	<b>БОРЩ НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ</b> (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	<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ.</b> (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
		<b>КИСЕЛЬ</b> (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			14,6	58	0
2008	К/К	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	39	2,6	0,3	16,6	80	0
<b>Итого</b>			<b>499</b>	<b>15,1</b>	<b>19,8</b>	<b>53,7</b>	<b>459</b>	<b>15</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b> (молоко пастер. 2,5% жирности)	149	4,2	3,6	6,9	78	0,8
2008		<b>ПЕЧЕНЬЕ</b> (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
<b>Итого</b>			<b>174</b>	<b>6,1</b>	<b>6,1</b>	<b>25,5</b>	<b>182</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2012	132	<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</b> (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	130	2,6	4,1	7,7	80	24,2
2008	213	<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b> (яйца куриные (шт.))	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	429	<b>ЧАЙ С САХАРОМ.</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6,5	26	0
2008	К/К	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	14,8	70	0
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>9,9</b>	<b>8,8</b>	<b>29,3</b>	<b>237</b>	<b>24,2</b>
<b>Всего</b>				<b>40,3</b>	<b>47,6</b>	<b>159,3</b>	<b>1235</b>	<b>42,8</b>

Бухгалтер

Ларина Е.Ю.

Повар

Мисюра А.К.

## МЕНЮ

15 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		
<b>Завтрак</b>								
2008		<b>КАША НЕЖНОСТЬ</b> (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	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ</b> (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/6	2,2	5,1	14,4	111	0
2008	432	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.</b> (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,8	2,2	11,5	78	0,5
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>10,3</b>	<b>14,2</b>	<b>48,3</b>	<b>363</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> (сок яблочный)	99	0,5	0,1	10	43	2
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	100/1	<b>БОРЩ НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ</b> (капуста белокочанная, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, шейка индейки., масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,1	7,4	7,3	116	7,3
2012	291/1	<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ.</b> (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
		<b>КИСЕЛЬ</b> (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			20,9	84	0
2008		<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	49	3,2	0,4	20,8	100	0
<b>Итого</b>			<b>629</b>	<b>18,5</b>	<b>24</b>	<b>69,1</b>	<b>570</b>	<b>17,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b> (молоко пастер. 2,5% жирности)	199	5,6	4,9	9,3	104	1
2008		<b>ПЕЧЕНЬЕ</b> (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
<b>Итого</b>			<b>224</b>	<b>7,5</b>	<b>7,4</b>	<b>27,9</b>	<b>208</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	132	<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</b> (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	130	3,3	5,1	9,5	98	30,3
2008	213	<b>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ</b> (яйца куриные (шт.))	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	429	<b>ЧАЙ С САХАРОМ.</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		6,7	27	0
2008		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	39	3	0,2	19,8	93	0
<b>Итого</b>			<b>409</b>	<b>11,3</b>	<b>9,8</b>	<b>36,3</b>	<b>279</b>	<b>30,3</b>
<b>Всего</b>				<b>48,1</b>	<b>55,5</b>	<b>191,6</b>	<b>1463</b>	<b>52</b>

Бухгалтер Мисюра Ларина Е.Ю.

Повар Мисюра Мисюра А.К.