

Согласовано

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



**МЕНЮ**  
**17 апреля 2025 г.**  
**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,3	5,3	16,8	129	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	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	2,6	2	10,6	72	0,4
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>8,1</b>	<b>12,4</b>	<b>42</b>	<b>314</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	92/1	СУП С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ НА КБ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, яйца куриные (шт.), куры потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4,9	8,1	6	121	2,8
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	110	2,3	3,4	11,9	88	15
2008	279	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ПАРОВЫЕ) (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, соль йодированная)	60	8,4	8,8	3,2	125	0,5
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. микроэлементами)	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>18,2</b>	<b>20,7</b>	<b>43,9</b>	<b>439</b>	<b>18,3</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	БИОПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "НАРИНЭ" (биопродукт кисломолочный "наринэ" 3,2% жирности)	100	4,9	3,1	8,2	84	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>6,8</b>	<b>5,6</b>	<b>26,8</b>	<b>188</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ МАННЫЙ ИЗ ТВОРОГА. (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	150	17,9	12,8	13,9	245	0,3
2012	361	СОУС СЛАДКИЙ (кисель (концентрат) на фруктовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	40			5	20	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	15,1	71	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>20,3</b>	<b>13</b>	<b>40,5</b>	<b>362</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>53,4</b>	<b>51,7</b>	<b>153,2</b>	<b>1303</b>	<b>19,6</b>

Бухгалтер Шуф Ларина Е.Ю.

Повар Шуф Мисюра А.К.

Согласовано

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

/Герадькина О.Д./



# МЕНЮ

17 апреля 2025 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	200	4,3	6,5	21,7	163	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	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,7	2,2	11,5	77	0,5
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>9,2</b>	<b>13,8</b>	<b>47,8</b>	<b>353</b>	<b>1,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	92/1	СУП С РУБЛЕННЫМ ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ НА КБ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,8	9,5	6,9	141	3,3
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	130	2,7	4,3	13,6	105	17,2
2008	279	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ПАРОВЫЕ) (куры потрош. 1 категории, хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, соль йодированная)	70	9,7	10,3	3,6	146	0,6
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	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>21,5</b>	<b>24,5</b>	<b>52,1</b>	<b>521</b>	<b>21,1</b>
<b>Полдник</b>								
к/к	к/к	БИОПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "НАРИНЭ" (биопродукт кисломолочный "нарина" 3,2% жирности)	100	4,9	3,1	8,2	84	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>6,8</b>	<b>5,6</b>	<b>26,8</b>	<b>188</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ МАННЫЙ ИЗ ТВОРОГА. (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	160	18,7	14,3	15,2	268	0,3
2012	361	СОУС СЛАДКИЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	50			6,3	25	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		6,7	27	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>21,9</b>	<b>14,5</b>	<b>48,3</b>	<b>415</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>59,4</b>	<b>58,4</b>	<b>175</b>	<b>1477</b>	<b>22,7</b>

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