

Согласовано

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

МЕНЮ

29 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая 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	3,5	5,3	15,1	123	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	27/6	2	5,1	13,3	106	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	1,5	1,2	8,6	52	0,2
Итого			353	7	11,6	37	281	0,6
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	3,4	5,7	6	92	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 рафинированное)	159	8,6	9	37,3	265	0,9
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)	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			504	14,3	15	63,9	451	7,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	148	4,2	3,6	6,9	78	0,8
2008	485	ПЛЮШКА С САХАРОМ. (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	26,8	165	0,1
Итого			198	9,1	8	33,7	243	0,9
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 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)	180	0,1		6,5	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	27	2,1	0,2	13,7	65	0
Итого			375	9,6	8,8	27,7	230	23,8
Всего				40	43,4	162,3	1205	32,9

Бухгалтер

Е.Ю. Ларина

Ларина Е.Ю.

Повар

А.К. Мисюра

Мисюра А.К.



МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

Сад 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, соль йодированная, сахар песок)	200	4,1	5,9	20,5	153	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	27/6	2	5,1	13,3	106	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	1,5	1,2	9,3	54	0,2
Итого			413	7,6	12,2	43,1	313	0,6
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	6,7	7,2	107	7,3
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 рафинированное)	179	10,4	11	44,8	320	1,1
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)	44	2,9	0,4	18,5	89	0
Итого			603	17,3	18,1	77,3	543	8,4
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	198	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 рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	70	6,6	6,4	37,6	234	0,1
Итого			268	12,2	11,3	46,8	338	1,1
Ужин								
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	160	3,1	5,1	9	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)	36	2,8	0,2	18,3	86	0
Итого			436	10,9	9,8	34,3	270	29,8
Всего				48	51,4	201,5	1464	39,9

Бухгалтер Мисю Ларина Е.Ю.

Повар Мисю Мисюра А.К.