

Согласовано

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

**МЕНЮ**

14 мая 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,1	5,1	16,5	125	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	2,2	1,8	9,8	65	0,4
Итого			356	7,5	12	40,9	303	0,8
Обед								
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	4,8	7,5	5,9	113	2,8
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (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	316	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (куры потрош. 1 категории, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	55	8	9,2	8,8	150	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. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			515	17,7	20,5	49,4	456	18,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			225	7,5	7,4	27,9	209	1
Ужин								
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 плодовых 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
Итого			400	20,3	13	40,5	362	0,3
Всего				53	52,9	158,7	1330	20,4

Бухгалтер

Ларина Е.Ю.

Повар

Мисюра А.К.

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"

Г. Гераскина О.Д./

МЕНЮ

14 мая 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	200	3,6	5,8	20,6	150	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)	180	2,2	1,8	10,6	68	0,4
Итого			416	8	12,7	45,8	331	0,8
Обед								
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	5,7	8,9	6,8	133	3,3
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (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	316	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (куры потрош. 1 категории, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	70	10,2	11,7	11,2	189	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
Итого			630	21,9	25,3	59,6	556	21,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			225	7,5	7,4	27,9	209	1
Ужин								
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 пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			450	21,9	14,5	48,3	415	0,3
Всего				59,3	59,9	181,6	1511	23,2

Бухгалтер

Ларина Е.Ю.

Повар

Мисюра А.К.