



Согласовано
Заведующая
МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"
Ларина Е.Ю.

МЕНЮ
20 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	189/1	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,7	5,5	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	10,6	35,2	261	0,4
Обед								
2008	100/1	СВЕКОЛЬНИК 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	3,3	5,8	6,1	93	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)	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	2,6	0,4	17	82	0
Итого			510	14,5	15,2	66,4	464	7,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	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			200	9,2	8,1	33,8	244	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 рафинированное, 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	2,3	1,9	9,9	67	0,4
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			390	22,5	15,1	37,8	381	0,8
Всего				52,2	49	173,2	1350	10

Бухгалтер Мисюра Ларина Е.Ю.

Повар Мисюра Мисюра А.К.

Согласовано

МДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"

Заведующая

Гераскина О.Д./

МЕНЮ

20 мая 2025 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, 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	6,3	20,5	159	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	11,4	41,4	298	0,6
Обед								
2008	100/1	СВЕКОЛЬНИК НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, шейка индейки, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200	4	6,9	7	109	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 рафинированное)	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	21,2	102	0
Итого			630	17,8	18,3	80,2	560	8,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	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			270	12,2	11,3	46,9	339	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 рафинированное, 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	2,3	1,9	10,1	68	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			420	23,3	16	43,1	413	0,8
Всего				60,4	57	211,6	1610	11,1

Бухгалтер Е.Ю. ЛаринаПовар А.К. Мисюра