МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САРАНСК "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 10"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САРАНСК "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 10"
Дата: 2025.05.23 14:01:24 +03'00'

Согласовано

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

МЕНЮ

26 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	183	СЛАДКИЙ ПЛОВ. (крупа рисовая, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, виноград сушеный (изюм), сахар песок)	150	2,8	3,4	33,9	178	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	30/6/4	3,1	6,3	14,6	127	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170	0,1		5,8	24	0
Итого			**360**	**6**	**9,7**	**54,3**	**329**	**0**
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,9	6,7	5,8	101	2,8
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (капуста белокочанная, куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	160	7,5	7,7	12	148	17,6
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**	**14,8**	**40,6**	**354**	20,4
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,4	67	3,12
2008	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ". (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	50	4,9	4,4	26,3	163	0,1
Итого			**200**	**5,7**	**4,6**	**41,7**	**230**	3,22
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вермишель, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	2,9	4,1	7,7	81	0,5
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)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			**360**	**7,5**	**6,2**	**32,7**	**219**	0,9
Всего				**33,2**	**35,3**	**169,3**	**1132**	**24,52**

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"

_____/Гераськина О.Д./

МЕНЮ

26 мая 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		
Завтрак								
2008	183	СЛАДКИЙ ПЛОВ. (крупа рисовая, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, виноград сушеный (изюм), сахар песок)	160	3	3,6	35,9	189	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	30/6/6	3,6	6,8	14,6	134	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		6,3	26	0
Итого			**402**	**6,7**	**10,4**	**56,8**	**349**	0
Обед								
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	180	4,5	7,8	6,5	117	3,1
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (капуста белокочанная, куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	200	9,6	9,8	16,3	194	21,2
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**	**17,4**	**18**	**50,8**	440	24,3
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,4	67	3,12
2008	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ". (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	70	6,6	6,4	37	232	0,1
Итого			**220**	**7,4**	**6,6**	**52,4**	**299**	3,22
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вермишель, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	3,7	6	10,5	112	0,7
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,3	1,9	10,2	68	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			**440**	**9,1**	**8,1**	**40,8**	275	1,1
Всего				**40,6**	**43,1**	**200,8**	**1363**	28,62

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.