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: 2025.06.04 09:52:00 +03'00'

Согласовано

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

МЕНЮ

4 июня 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вермишель, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	2,8	4	7,6	80	0,5
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**	**7,2**	**10,9**	**32**	**258**	**0,9**
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙНА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, вода питьевая, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,7	6	10	110	2,5
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	110	2,3	2,6	11,9	80	15
2008	279	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ПАРОВЫЕ) (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, 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. микронутриентами)	20	2	0,3	12,7	61	0
Итого			**500**	**16,4**	**17,7**	**43,6**	**399**	**18**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			**175**	**6,2**	**6,2**	**25,6**	**183**	**0,8**
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,6	2,3	3,2	37	1,5
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ. (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое)	80	6,7	9,3	1,6	118	0,2
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	25	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			**330**	**9,7**	**11,8**	**25,9**	**251**	**1,7**
Всего				**39,5**	**46,6**	**127,1**	**1091**	**21,4**

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.

Согласовано

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

МЕНЮ

4 июня 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								
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	10,4	111	0,7
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**	**8,1**	**12,9**	**35,6**	**292**	**1,1**
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙНА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, вода питьевая, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,2	7,1	10,3	124	2,6
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	130	2,7	3	13,6	93	17,2
2008	279	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ПАРОВЫЕ) (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, 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)	30	2,6	0,4	17	82	0
Итого			**610**	**19,2**	**20,8**	**51,3**	**472**	**20,4**
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	60	0,9	3,6	4,9	55	2,3
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ. (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое)	90	7,6	10,7	1,9	135	0,2
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			**390**	**11,7**	**14,5**	**33,6**	**312**	**2,5**
Всего				**46,5**	**55,6**	**148,4**	**1285**	**25**

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.