

Согласовано

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

МЕНЮ
26 июня 2025 г.
Сад 12 часов



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, 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 | 4,3 | 6,5 | 21,7 | 163 | 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 | 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 | 8,7 | 13,4 | 46,9 | 344 | 1 |
| 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 ТУШЕНЫЕ (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 | | | | | | | | |
| к/к | к/к | БИОПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "НАРИНЭ" (биопродукт кисломолочный "наринэ" 3,2% жирности) | 100 | 4,9 | 3,1 | 8,2 | 84 | 0,2 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт) | 25 | 1,9 | 2,5 | 18,6 | 104 | 0 |
| Итого | | | 125 | 6,8 | 5,6 | 26,8 | 188 | 0,2 |
| 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 | 58,8 | 181,6 | 1503 | 22,6 |

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.