

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"

/Гераськина О.Д./

МЕНЮ

4 июля 2025 г.

Ясли 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,9	5,4	17,7	135	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	8,3	12,3	42,1	313	0,8
Обед								
2008	83	ЩИ НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, шейка индейки, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,6	5,8	7,3	99	9,9
2008	131/1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ИНДЕЙКОЙ (шейка индейки, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко- сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	160	6,7	9,7	13,5	169	7,1
		КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			14,6	58	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	12,9	15,9	52,4	408	17
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,2	3,6	7	78	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			175	6,1	6,1	25,6	182	0,8
Ужин								
2012	254	РЫБА (МИНТАЙ) ПОД ОВОЩАМИ. (рыба минтай неразделанный, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт)	60	7,1	1,4	3,9	56	0,5
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	110	3,2	3,7	20,6	128	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			380	12,7	5,3	45,6	279	0,5
Всего				40	39,6	165,7	1182	19,1

Бухгалтер Шуф Ларина Е.Ю.Повар Шуф Мисюра А.К.

Согласовано

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

МЕНЮ

4 июля 2025 г.
Сад 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	200	5,2	6,5	23,9	175	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	10,5	68	0,4
Итого			416	9,6	13,4	49	356	1
Обед								
2008	83	ЩИ НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, шейка индейки., масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,4	7,9	8,7	126	12,2
2008	131/1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ИНДЕЙКОЙ (шейка индейки., картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко- сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200	8,4	12	17	210	8,9
		КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			20,9	84	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			630	16,1	20,3	67,8	522	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								
2012	254	РЫБА (МИНТАЙ) ПОД ОВОЩАМИ. (рыба минтай неразделанный, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт)	60	8,1	1,6	4	62	0,6
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	130	3,8	4,8	24	153	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			430	15,1	6,6	54,8	337	0,6
Всего				48,3	47,7	199,5	1424	23,7

Бухгалтер Мисюра Ларина Е.Ю.

Повар Мисюра Мисюра А.К.