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: 2025.07.08 14:19:52 +03'00'

Согласовано

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

МЕНЮ

9 июля 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	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	150	4,4	6,3	17,5	145	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	433	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	2	1,7	8,7	58	0,3
Итого			**356**	**8,6**	**13,1**	**40,8**	316	0,7
Обед								
2008	92/1	СУП НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, шейка индейки., вермишель, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,7	5,8	4,2	81	2
2008	262/2	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С ИНДЕЙКОЙ (шейка индейки., капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	160	7,4	9,6	6,8	145	22,7
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**	**12,7**	**15,8**	**33,8**	331	24,7
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	479	КРЕНДЕЛЬ. (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			**250**	**10,5**	**9,3**	**35,6**	**268**	1,1
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,7	1,1	3	25	6,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,3	3,9	15,8	107	7,7
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6,5	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			**360**	**5,4**	**5,2**	**40,4**	**229**	14,5
Всего				**37,2**	**43,4**	**150,6**	1144	41

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.

Согласовано

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

МЕНЮ

9 июля 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	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)	200	6	7	24,2	184	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	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,1	1,8	10,2	66	0,4
Итого			**416**	**10,3**	**13,9**	**49**	**363**	1
Обед								
2008	92/1	СУП НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, шейка индейки., вермишель, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	3,3	7,5	4,5	103	2,1
2008	262/2	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С ИНДЕЙКОЙ (шейка индейки., капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	200	9,2	11,4	8,8	176	28,8
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**	**15,8**	**19,3**	**41,3**	**408**	30,9
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	479	КРЕНДЕЛЬ. (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			**270**	**12,2**	**11,3**	**46,3**	**337**	1,1
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, соль йодированная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое)	50	0,8	1,3	3,7	30	8,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,7	4,1	18,8	124	9,1
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			**420**	**6,7**	**5,6**	**49,3**	276	17,5
Всего				**45**	**50,1**	**185,9**	**1384**	50,5

Бухгалтер _____ Ларина Е.Ю.

Повар _____ Мисюра А.К.