

Согласовано



Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"

Гераскина О.Д./

МЕНЮ

11 июля 2025 г.

Ясли 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	4	5,2	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	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	8,2	12	41	306	0,7
Обед								
2012	85/1	СУП НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, шейка индейки., мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4,2	6,5	8,9	113	2
2008	258/1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ИНДЕЙКОЙ (шейка индейки., картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная)	160	6,7	8	13,7	155	7,3
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	13,5	14,9	45,4	373	9,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ". (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	50	4,9	4,4	26,3	163	0,1
Итого			200	9,2	8,1	33,3	242	0,9
Ужин								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	7,2	3,2	4,1	74	0,4
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох лущеный, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	12,9	4,1	27,1	197	0
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			400	22,5	7,5	52,8	368	0,4
Всего				53,4	42,5	172,5	1289	11,3

Бухгалтер

Ларина Е.Ю.

Повар

Мисюра А.К.

Согласовано

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

МЕНЮ

11 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	5,5	6,5	24,3	179	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)	200	2,1	1,8	10	66	0,4
Итого			436	9,8	13,4	48,9	358	1
Обед								
2012	85/1	СУП НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ С КЛЕЦКАМИ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, шейка индейки., мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,1	7,8	10,6	135	2,1
2008	258/1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ИНДЕЙКОЙ (шейка индейки., картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная)	200	8,3	10,2	17,2	195	9,1
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	16,7	18,4	55,8	459	11,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ". (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, 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								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	70	7,6	3,1	6,6	86	0,4
2012	321	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох лущеный, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	12,9	4,1	27,1	197	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			440	23,7	7,4	60,5	405	0,4
Всего				62,4	50,5	211,5	1559	13,7

Бухгалтер Ларина Е.Ю.

Повар Мисюра А.К.