

Согласовано

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"

Заведующая

Петраськина О.Д./

МЕНЮ**14 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								
2012	206	МАКАРОНЫ С СЫРОМ. (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский, соль йодированная, вода питьевая)	150	5,6	5,2	24	165	0
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	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170	0,1		5,8	24	0
Итого			356	7,9	10,3	44,4	302	0
Обед								
2008	83	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	3,6	5,8	7,3	99	9,9
2008	309/1	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ ПТИЦЫ (куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	160	7,6	7,9	15,2	162	20,3
		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	13,8	14,1	54,1	401	30,2
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,4	67	3,12
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			175	2,7	2,7	34	171	3,12
Ужин								
2012	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	4,1	4,9	15,1	122	0,4
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	1,9	1,6	10,1	63	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			360	8,3	6,7	40,3	256	0,7
Всего				32,7	33,8	172,8	1130	34,02

Бухгалтер

Ларина Е.Ю.

Повар

Мисюра А.К.

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"

/Гераскина О.Д./

МЕНЮ

14 июля 2025 г.

Сад 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								
2012	206	МАКАРОНЫ С СЫРОМ. (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский, вода питьевая, соль йодированная)	180	7,6	7,6	30,7	223	0
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	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		6,3	26	0
Итого			416	9,9	12,7	51,6	362	0
Обед								
2008	83	ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,5	7,1	8,7	120	12,2
2008	309/1	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ ПТИЦЫ (куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200	9,4	9,9	17,8	200	24,2
		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	17,2	17,4	68,6	506	36,4
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,2	65	3
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			175	2,7	2,7	33,8	169	3
Ужин								
2012	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	5,2	5,9	20,2	155	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ. (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,1	1,7	10,7	67	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			440	10,4	7,8	51	317	0,9
Всего				40,2	40,6	205	1354	40,3

Бухгалтер

Ларина Е.Ю.

Повар

Мисюра А.К.