

Согласовано

Заведующая

МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 10"

/Гераськина О.Д./

**МЕНЮ****15 июля 2025 г.****Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                  | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 189/1               | СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ<br>(пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)                                                                                                                     | 150    | 3,7               | 5,1        | 14,8             | 121                                           | 0,4                   |
| 2008                          | 1                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ<br>(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<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                                  | 170    | 0,1               |            | 5,8              | 24                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     | 356    | 6                 | 10,2       | 35,2             | 258                                           | 0,4                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 100/1               | СВЕКОЛЬНИК НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ<br>(капуста белокочанная, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, шейка индейки., масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)                                             | 150    | 3,3               | 5,8        | 6,1              | 93                                            | 6,7                   |
| 2012                          | 304/1               | ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ<br>(шейка индейки., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)                                                                     | 160    | 8,6               | 9          | 37,5             | 266                                           | 1,2                   |
| 2008                          | 441                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                                           | 160    |                   |            | 5,8              | 23                                            | 0                     |
| 2008                          | К/К                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                                                               | 40     | 2,6               | 0,4        | 17               | 82                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     | 510    | 14,5              | 15,2       | 66,4             | 464                                           | 7,9                   |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                                                  | 150    | 4,3               | 3,7        | 7                | 79                                            | 0,8                   |
| 2008                          | 485                 | ПЛЮШКА С САХАРОМ.<br>(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        | 26,8             | 165                                           | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     | 200    | 9,2               | 8,1        | 33,8             | 244                                           | 0,9                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 225                 | ПУДИНГ МАННЫЙ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ.<br>(творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная) | 150/40 | 18,7              | 13,1       | 17,9             | 267                                           | 0,4                   |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                        | 180    | 2,1               | 1,8        | 9,7              | 64                                            | 0,4                   |
| 2008                          | К/К                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                                                                            | 30     | 2,3               | 0,2        | 15,1             | 71                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     | 400    | 23,1              | 15,1       | 42,7             | 402                                           | 0,8                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |        | 52,8              | 48,6       | 178,1            | 1368                                          | 10                    |

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Ларина Е.Ю.

Повар \_\_\_\_\_ Мисюра А.К.

Согласовано

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

# МЕНЮ

15 июля 2025 г.  
Сад 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                   | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 189/1               | СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ<br>(пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сахар песок)                                                                                                                      | 200    | 4,8               | 5,9        | 20,5             | 155                                           | 0,6                   |
| 2008                          | 1                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ<br>(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.<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                                  | 200    | 0,1               |            | 6,3              | 26                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      | 436    | 7,1               | 11         | 41,4             | 294                                           | 0,6                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 100/1               | СВЕКОЛЬНИК НА БУЛЬОНЕ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАНОЙ<br>(капуста белокочанная, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, шейка индейки., масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)                                             | 200    | 4                 | 6,9        | 7                | 109                                           | 7,2                   |
| 2012                          | 304/1               | ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ<br>(шейка индейки., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)                                                                     | 180    | 10,5              | 11         | 45,2             | 322                                           | 1,4                   |
| 2008                          | 441                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                                            | 200    |                   |            | 6,8              | 27                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                                                                | 50     | 3,3               | 0,4        | 21,2             | 102                                           | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      | 630    | 17,8              | 18,3       | 80,2             | 560                                           | 8,6                   |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                                                   | 200    | 5,6               | 4,9        | 9,3              | 105                                           | 1                     |
| 2008                          | 485                 | ПЛЮШКА С САХАРОМ<br>(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        | 37,6             | 234                                           | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      | 270    | 12,2              | 11,3       | 46,9             | 339                                           | 1,1                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 225                 | ПУДИНГ МАННЫЙ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ.<br>(творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная) | 150/40 | 18,7              | 13,9       | 17,9             | 274                                           | 0,4                   |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                         | 200    | 2,1               | 1,8        | 9,9              | 65                                            | 0,4                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                                                                             | 40     | 3,1               | 0,2        | 20,1             | 95                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      | 430    | 23,9              | 15,9       | 47,9             | 434                                           | 0,8                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                      |        | 61                | 56,5       | 216,4            | 1627                                          | 11,1                  |

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Ларина Е.Ю.

Повар \_\_\_\_\_ Мисюра А.К.