



МЕНЮ

3 апреля 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								
2008	14	* СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский)	15	3,66	4,72	0,00	57,78	0,00
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,48	6,95	23,14	182,03	0,83
2010	100	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,47	3,74	15,60	115,30	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			435	17,61	16,57	59,30	459,91	1,58
II Завтрак								
2008		* ФРУКТ (* яблоки)	170	0,60	0,60	14,66	70,31	14,96
Итого			170	0,60	0,60	14,66	70,31	14,96
Обед								
2010	7	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	200/20/10	5,70	13,01	6,64	171,45	8,78
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, * томатная паста, вода питьевая)	40/40	10,98	7,85	3,93	146,01	8,06
2010	73	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	3,62	4,23	37,78	203,57	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			680	22,95	25,44	74,99	641,31	16,84
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности, * йогурт 2,5% жирности)	180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Итого			180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Ужин								
2010	46	* ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* морковь, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * молоко сгущенное 8,5% жирности)	150/25	5,79	6,38	35,01	241,92	2,57
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,22	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			395	8,89	7,54	55,77	347,94	2,59
Всего				54,94	54,52	212,60	1 618,14	36,47

Ст.медсестра

Удрис В.В.



Заведующая
МДОУ № 36 "Золотой петушок" ЯМР
Казанкова Т.Н./

МЕНЮ

3 апреля 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	14	* СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский)	11	2,72	3,51	0,00	42,99	0,00
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	4,87	5,17	17,19	135,46	0,62
2010	100	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,73	3,12	13,14	96,57	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			341	13,57	12,67	45,75	353,62	1,24
II Завтрак								
2008		*ФРУКТ (* яблоки)	170	0,60	0,60	14,66	70,31	14,96
Итого			170	0,60	0,60	14,66	70,31	14,96
Обед								
2010	7	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	180/15/8	4,85	10,97	5,95	146,52	7,88
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, * томатная паста, вода питьевая)	30/30	9,64	6,80	3,46	127,37	7,06
2010	73	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	90	2,16	2,58	22,56	122,04	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,83	35,29	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			538	18,97	20,66	55,64	502,61	14,94
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности, * йогурт 2,5% жирности)	200	5,43	4,85	8,75	109,63	0,56
Итого			200	5,43	4,85	8,75	109,63	0,56
Ужин								
2010	46	* ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* морковь, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * молоко сгущенное 8,5% жирности)	120/25	5,64	6,53	33,67	237,12	2,12
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,08	0,00	0,16	0,99	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			325	7,97	7,40	49,25	316,71	2,14
Всего				46,54	46,18	174,05	1 352,88	33,84

Ст.медсестра

Удрис В.В.