

Утверждаю

Заведующая
МДОУ № 36 "Золотой петушок" ЯМР
/Данилова Е.А./

МЕНЮ

18 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								
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	4,85	5,14	17,04	134,51	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,25	93,50	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			330	10,48	8,92	45,71	306,61	1,24
II Завтрак								
2008	442	* СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок яблочный)	125	0,62	0,12	12,33	53,54	2,49
Итого			125	0,62	0,12	12,33	53,54	2,49
Обед								
2010	12	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * горошек зеленый консервы, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	180/15	4,64	5,94	7,25	105,41	5,64
2008	321	* СУФЛЕ ИЗ КУРЫ (* бройлеры цыплята потрош. 1 категории, *батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * масло сливочное)	60	12,24	12,45	6,66	187,93	0,52
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	120	2,74	3,80	15,85	108,91	7,38
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,88	35,48	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			560	21,94	22,50	53,48	509,12	13,54
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК" (* снежок 2,5% жирности)	150	4,20	3,75	6,77	84,77	1,05
Итого			150	4,20	3,75	6,77	84,77	1,05
Ужин								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа гречневая ядрица, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	130	5,02	4,52	16,66	127,99	0,54
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,08	0,00	8,23	33,24	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			310	7,35	5,39	40,31	239,83	0,56
Всего				44,59	40,68	158,60	1 193,87	18,88

Ст.медсестра

Удрис В.В.

Утверждаю

Заведующая
МДОУ № 36 "Золотой петушок" ЯМР
/Данилова Е.А./

МЕНЮ

18 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								
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,48	6,97	23,11	182,09	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,05	3,49	15,46	110,48	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			420	13,53	11,62	59,13	397,37	1,58
II Завтрак								
2008	442	* СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,93	64,82	3,02
Итого			150	0,75	0,15	14,93	64,82	3,02
Обед								
2010	12	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * горошек зеленый консервы, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	200/20/10	5,45	6,76	8,07	119,66	6,30
2008	321	* СУФЛЕ ИЗ КУРЫ (* бройлеры цыплята потрош. 1 категории, *батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * масло сливочное)	70	15,44	15,49	7,75	232,55	0,65
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,41	4,63	19,80	134,91	9,22
2010	77	* КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (* картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	2,96	4,10	23,79	144,05	12,00
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			670	26,95	27,23	62,26	607,40	16,17
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК "СНЕЖОК" (* снежок 2,5% жирности)	180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Итого			180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Ужин								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа гречневая ядрица, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	7,71	7,53	24,84	198,90	0,83
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	6,10	5,10	27,48	179,90	0,00
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,96	36,22	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			410	10,06	8,40	49,22	313,72	0,85
Всего				56,33	51,90	193,66	1 485,03	22,88

Ст.медсестра

Удрис В.В.