



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

МЕНЮ
29 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	3,85	4,97	0,00	60,85	0,00
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,87	7,21	27,65	203,92	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,05	3,49	15,45	110,44	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			435	17,77	16,83	63,66	480,01	1,58
II Завтрак								
2008		* ФРУКТ (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,51	15,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,51	15,00
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	13,06	6,64	171,84	8,79
2010	51	* КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (*батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, * филе рыбы)	70	9,61	5,15	11,25	129,94	0,18
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,40	4,59	19,80	134,55	9,22
2010	77	* КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (* картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	2,96	4,10	23,79	144,05	12,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	10,51	41,99	0,00
Итого			670	21,36	23,15	65,16	559,90	18,19
Полдник								
		* НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" (* сухая смесь "витошка", вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,66	6,97	0,00
Итого			180	0,00	0,00	1,66	6,97	0,00
Ужин								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * масло сливочное, * горошек зеленый консервы)	100/20	13,23	13,70	2,92	187,81	0,68
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,22	0,02
2008		* ВАФЛИ (* вафли)	21	0,59	0,69	16,28	74,55	0,00
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			361	16,92	15,55	39,96	368,38	0,70
Всего				56,65	56,13	185,14	1 485,77	35,47

Ст.медсестра

Удрис В.В.

МЕНЮ

29 апреля 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	14	* СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский)	10	2,27	2,93	0,00	35,89	0,00
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,16	5,28	20,70	151,67	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,19	93,27	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			340	13,06	11,99	49,31	359,43	1,24
II Завтрак								
		* ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ (*фруктовое пюре)	90	12,24	0,45	3,15	67,50	0,00
Итого			90	12,24	0,45	3,15	67,50	0,00
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)	180/15/9	4,84	10,90	5,95	145,83	7,93
2010	51	* КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (*батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, * филе рыбы)	60	8,26	4,26	9,62	109,88	0,16
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности, * картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	120	2,73	3,67	15,84	107,66	7,38
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	28	1,85	0,25	11,87	57,11	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,64	34,56	0,00
Итого			562	17,68	19,08	51,92	455,04	15,47
Полдник								
2008	442	* СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Ужин								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * масло сливочное, * горошек зеленый консервы)	100/20	13,27	13,64	2,92	187,53	0,68
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2008		* ВАФЛИ (* вафли)	21	0,58	0,68	16,01	73,31	0,00
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			321	16,19	15,19	34,52	340,47	0,70
Всего				59,92	46,86	153,75	1 286,94	20,41

Ст.медсестра

Удрис В.В.