

Утверждаю



Заведующая

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

27 февраля 2025 г.

Если 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)	10	2,70	2,08	0,00	32,54	0,03
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* крупа пшеничная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,47	5,15	19,87	148,38	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	13,80	11,01	48,48	352,79	1,27
II Завтрак								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,73	70,63	15,03
Итого			150	0,60	0,60	14,73	70,63	15,03
Обед								
2010	6	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (* свекла, * капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	180/15/9	5,20	6,23	6,28	106,47	5,06
2010	70	* ПЛОВ С ПТИЦЕЙ (* бройлеры цыплята потрош. 1 категории, * масло сливочное, * лук, * морковь, * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	180	12,68	14,15	35,42	320,03	1,20
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	28	1,85	0,25	11,87	57,11	0,00
Итого			562	19,73	20,63	61,86	516,77	6,26
Полдник								
2010	93	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	21,38	85,56	0,00
Итого			150	0,00	0,00	21,38	85,56	0,00
Ужин								
2008	258	* МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* крупа манная, * сахар песок, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * морковь, яйца куриные (шт.), * сметана 15% жирности, * творог 9,0% жирности, * молоко сгущенное 8,5% жирности, * сухари панировочные)	130/22	14,53	11,37	24,58	280,19	1,14
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			332	16,87	12,24	40,17	359,82	1,16
Всего				51,00	44,48	186,62	1 385,57	23,72

Ст.медсестра

Красичева К.В.



МЕНЮ

27 февраля 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	4,15	3,20	0,00	50,13	0,04
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* крупа пшеничная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	7,30	7,00	26,72	200,05	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,05	3,49	15,41	110,26	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			435	18,50	14,85	62,69	465,24	1,62
II Завтрак								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,49	15,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,49	15,00
Обед								
2010	6	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (* свекла, * капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	200/20/10	6,00	7,22	7,03	121,97	5,67
2010	70	* ПЛОВ С ПТИЦЕЙ (* бройлеры цыплята потрош. 1 категории, * масло сливочное, * лук, * морковь, * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное)	200	14,57	15,98	41,23	367,38	1,34
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			650	23,22	23,55	74,90	609,63	7,01
Полдник								
2010	93	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	25,40	101,61	0,00
Итого			180	0,00	0,00	25,40	101,61	0,00
Ужин								
2008	258	* МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* крупа манная, * сахар песок, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * морковь, яйца куриные (шт.), * сметана 15% жирности, * творог 9,0% жирности, * молоко сгущенное 8,5% жирности, * сухари панировочные)	150/25	16,75	13,21	27,63	321,37	1,30
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			395	19,85	14,37	48,39	427,37	1,32
Всего				62,17	53,37	226,08	1 674,34	24,95

Ст.медсестра _____ Красичева К.В.