



МЕНЮ

17 февраля 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	14	* ЛАПША МОЛОЧНАЯ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * вермишель высш.сорт, * масло сливочное)	150	5,01	5,05	17,50	136,27	0,62
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,09	0,00	0,17	1,06	0,02
2008		* ПЕЧЕНЬЕ (* печенье, вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			320	6,60	7,01	32,55	220,73	0,64
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	9	* РАССОЛЬНИК С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * рыба горбуша потрошенная с головой, * сметана 15% жирности, * огурцы соленые, * крупа рисовая, * рыба минтай)	180/20/9	5,59	3,38	12,15	106,16	4,89
2010	63	* ТЕФТЕЛИ (*батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук, * масло сливочное, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, * свинина для детского питания)	60	7,70	17,96	10,83	235,96	0,56
2010	84	* СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, * масло сливочное, * мука пшеничная высш.сорт, * томатная паста, * морковь, * лук, * сахар песок, * соль йодированная, * лавровый лист)	50	0,46	0,82	3,16	22,03	0,48
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	110	4,48	3,90	20,20	133,56	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,60	34,41	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			609	20,22	26,32	67,66	593,31	5,93
Полдник								
2010	102	* МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,44	3,82	7,34	82,64	0,82
Итого			150	4,44	3,82	7,34	82,64	0,82
Ужин								
2010	83	* РАГУ ОВОЩНОЕ (* картофель, * морковь, * лук, * капуста белокочанная, * томатная паста, * масло сливочное, * соль йодированная)	170	2,98	3,85	15,44	109,69	17,96
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,11	0,00	7,75	31,44	0,02
2010	108	* ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло сливочное, яйца куриные (шт.), * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 9,0% жирности, ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	75	10,43	6,23	32,93	230,07	0,12
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			455	15,51	10,34	68,84	432,39	18,10
Всего				47,39	47,61	188,72	1 382,61	27,98

Ст.медсестра _____ Удрис В.В.



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

МЕНЮ

17 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								
2010	14	* ЛАПША МОЛОЧНАЯ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * вермишель высш.сорт, * масло сливочное)	200	6,67	6,94	23,13	182,73	0,83
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2008		* ПЕЧЕНЬЕ (* печенье, вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			410	9,02	9,88	45,65	309,03	0,85
II Завтрак								
2008	442	* СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Обед								
2010	9	* РАССОЛЬНИК С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * рыба горбуша потрошенная с головой, * сметана 15% жирности, * огурцы соленые, * крупа рисовая, * рыба минтай)	200/25/10	6,62	3,95	13,72	122,09	5,42
2010	63	* ТЕФТЕЛИ (*батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * лук, * масло сливочное, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, * свинина для детского питания)	70	8,92	21,34	12,31	277,16	0,66
2010	84	* СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, * масло сливочное, * мука пшеничная высш.сорт, * томатная паста, * морковь, * лук, * сахар песок, * соль йодированная, * лавровый лист)	100	0,85	1,75	6,32	44,69	0,96
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	130	5,29	4,62	23,80	157,63	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			755	24,33	32,01	82,79	721,85	7,04
Полдник								
2010	102	* МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
Итого			180	5,32	4,59	8,80	99,00	0,98
Ужин								
2010	83	* РАГУ ОВОЩНОЕ (* картофель, * морковь, * лук, * капуста белокочанная, * томатная паста, * масло сливочное, * соль йодированная)	200	3,48	4,60	18,19	129,85	21,12
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,91	36,03	0,02
2010	108	* ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло сливочное, яйца куриные (шт.), * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 9,0% жирности, ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	80	10,07	5,18	37,35	237,03	0,13
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			490	15,64	10,04	77,17	464,10	21,27
Всего				55,31	56,72	234,21	1 679,98	34,14

Ст. медсестра _____ Удрис В.В.