

Утверждаю



Заведующая

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

21 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	13	* МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ (* масло сливочное)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* овсяные хлопья "геркулес", * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,92	7,23	22,44	183,48	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,05	3,49	15,44	110,39	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			430	14,07	20,18	58,54	473,67	1,58
II Завтрак								
2008	442	* СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок яблочный)	130	0,65	0,13	12,94	56,17	2,61
Итого			130	0,65	0,13	12,94	56,17	2,61
Обед								
2008	94	* СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	200/20/10	5,74	14,86	7,68	192,29	5,79
2017	79 ТТК	* СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (* молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная, яйца куриные (шт.), *батон йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * филе рыбы)	70	11,81	7,37	6,92	141,06	0,19
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,40	4,58	19,79	134,40	9,22
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	23,60	27,16	61,03	588,03	15,20
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	25,47	101,86	0,00
Итого			180	0,00	0,00	25,47	101,86	0,00
Ужин								
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	130	4,76	3,77	30,27	174,12	0,00
2008	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	52	6,58	5,92	0,38	81,17	0,00
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,94	36,14	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			402	14,44	10,85	60,15	396,23	0,02
Всего				52,76	58,32	218,13	1 615,96	19,41

Ст.медсестра

Красичева

Красичева К.В.

МЕНЮ

21 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								
2008	13	* МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ (* масло сливочное)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* овсяные хлопья "геркулес", * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,20	5,57	17,05	139,77	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,65	95,10	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			338	10,91	15,99	46,20	373,47	1,24
II Завтрак								
2008	442	* СОК "АГУША" (* сок "агуша")	200	1,00	0,20	19,75	85,79	3,99
Итого			200	1,00	0,20	19,75	85,79	3,99
Обед								
2008	94	* СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	180/15/9	4,92	12,85	7,01	167,64	5,27
2017	79 ТТК	* СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (* молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная, яйца куриные (шт.), *батон йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * филе рыбы)	60	10,14	6,80	6,04	125,75	0,16
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	120	2,72	3,50	15,82	105,94	7,36
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,06	32,24	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			569	20,10	23,46	51,77	502,96	12,79
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	21,42	85,64	0,00
Итого			150	0,00	0,00	21,42	85,64	0,00
Ужин								
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	110	4,05	3,41	25,71	149,63	0,00
2008	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	52	6,58	5,92	0,38	81,17	0,00
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,07	0,00	8,20	33,04	0,01
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			342	12,95	10,20	49,71	342,44	0,01
Всего				44,96	49,85	188,85	1 390,30	18,03

Ст.медсестра Красичева Красичева К.В.