

Утверждаю



Заведующая

МДОУ № 36 "Золотой петушок" ЯМР

Казанкова Т.Н./

МЕНЮ

30 июня 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	189	*КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (* крупа манная, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * сахар песок, * масло сливочное)	150	4,91	5,17	17,84	137,68	0,62
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
2008		* КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (* печенье, * детское печенье, * вафли, * пастила, * мармелад)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			320	6,49	7,13	32,88	222,04	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	10	* СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * горох лущеный, * бройлеры цыпленка потрош. 1 категории)	180/24	9,32	6,50	13,50	150,11	3,58
2010	55	* ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (* масло подсолнечное рафинированное, * лук, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	30/30	8,38	21,28	3,90	240,77	0,66
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	110	4,03	3,29	25,59	148,01	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,07	32,25	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			554	23,72	31,33	63,78	632,33	4,24
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* 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	24	* КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С ОВОЩАМИ (* картофель, * морковь, * лук, * соль йодированная, * лавровый лист, * масло сливочное, * масло подсолнечное рафинированное)	170	3,41	5,08	26,16	164,75	12,97
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,08	0,00	8,23	33,21	0,02
2008	464	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло сливочное, * масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности)	60	4,41	2,57	32,56	172,58	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			410	9,89	7,91	79,67	431,73	12,99
Всего				45,76	50,99	196,78	1 441,36	21,62

Ст. медсестра

Удрис В.В.

МЕНЮ

30 июня 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	189	*КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (* крупа манная, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * сахар песок, * масло сливочное)	200	6,54	6,88	24,11	184,86	0,83
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2008		* КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (* печенье, * детское печенье, * вафли, * пастила, * мармелад)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			410	8,89	9,82	46,63	311,16	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	10	* СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * горох лущеный, * бройлеры цыпленка потрош. 1 категории)	200/35	12,41	9,12	15,05	192,18	4,06
2010	55	* ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (* масло подсолнечное рафинированное, * лук, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	40/40	9,58	24,15	4,48	273,69	0,75
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	130	4,77	3,81	30,32	174,69	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			665	29,41	37,43	76,49	760,84	4,81
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* 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	24	* КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С ОВОЩАМИ (* картофель, * морковь, * лук, * соль йодированная, * лавровый лист, * масло сливочное, * масло подсолнечное рафинированное)	200	4,02	5,76	30,81	191,88	15,28
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,91	36,03	0,02
2008	464	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло сливочное, * масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности)	60	4,28	2,49	31,60	167,51	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			470	10,39	8,51	84,04	456,61	15,30
Всего				54,73	60,46	235,08	1 716,33	26,22

Ст.медсестра  Удрис В.В.