

Утверждаю

Заведующая
МДОУ № 36 "Золотой петушок" ЯМР
/Казанкова Т.Н./**МЕНЮ**
4 марта 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	3,40	4,39	0,00	53,74	0,00
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	17,75	16,04	62,69	468,85	1,58
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 МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (* свекла, * капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	200/20/10	5,59	12,97	7,03	172,08	5,47
2010	64	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (вода питьевая, яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	130/100	13,64	26,57	21,07	378,23	0,51
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			680	21,88	39,89	54,74	670,59	5,98
Полдник								
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
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	17,87	14,53	27,68	340,08	1,32
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	20,97	15,69	48,44	446,08	1,34
Всего				62,20	72,42	200,37	1 742,01	27,90

Ст.медсестра Красичева

Красичева К.В.

МЕНЮ

4 марта 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	14	* СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский)	10	2,27	2,93	0,00	35,89	0,00
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* крупа пшеничная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,46	5,15	19,81	148,06	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	13,36	11,86	48,42	355,82	1,24
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 МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (* свекла, * капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	180/15/8	4,76	10,93	6,32	147,16	4,91
2010	64	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (вода питьевая, яйца куриные (шт.), * крупа рисовая, * соль йодированная, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	120/50	12,70	25,33	18,71	353,86	0,59
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)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			558	19,78	36,57	48,16	605,57	5,50
Полдник								
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
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)	130/20	14,53	11,68	24,39	283,23	1,15
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			330	16,87	12,55	39,98	362,86	1,17
Всего				51,61	61,78	171,04	1 480,67	26,93

Ст.медсестра Красичева Красичева К.В.