



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

МЕНЮ
21 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	13	* МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ (* масло сливочное)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,47	6,94	23,06	181,57	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			430	13,62	19,89	59,13	471,63	1,58
II Завтрак								
		* НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" (* сухая смесь "витошка", вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,66	6,98	0,00
Итого			180	0,00	0,00	1,66	6,98	0,00
Обед								
2010	9	* РАССОЛЬНИК С РЫБОЙ (* морковь, * картофель, * 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	13,73	122,10	5,43
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	8,91	21,41	12,31	277,82	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	1,79	6,38	45,32	0,96
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,41	4,67	19,81	135,25	9,22
2010	77	* КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (* картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	2,96	4,10	23,79	144,05	12,00
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			775	22,44	32,17	78,87	700,77	16,27
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности, * йогурт 2,5% жирности)	180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Итого			180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Ужин								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * масло сливочное, * горошек зеленый консервы)	150/25	16,89	17,26	4,20	239,58	1,20
2008	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (аллергики) (яйца куриные (шт.))	52	6,58	5,92	0,38	81,17	0,00
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,22	0,02
2008		* ПРЯНИКИ (* пряники)	30	1,72	1,37	21,83	106,51	0,00
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			425	21,71	19,79	46,79	452,11	1,22
Всего				62,66	76,22	194,33	1 730,16	19,57

Ст.медсестра

Удрис В.В.



МЕНЮ

21 марта 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая 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	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,47	6,94	23,06	181,57	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			430	13,62	19,89	59,13	471,63	1,58
II Завтрак								
		* НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" (* сухая смесь "витошка", вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,66	6,98	0,00
Итого			180	0,00	0,00	1,66	6,98	0,00
Обед								
2010	9	* РАССОЛЬНИК С РЫБОЙ (* морковь, * картофель, * 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	13,73	122,10	5,43
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	8,91	21,41	12,31	277,82	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	1,79	6,38	45,32	0,96
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,41	4,67	19,81	135,25	9,22
2010	77	* КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (* картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	2,96	4,10	23,79	144,05	12,00
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			775	22,44	32,17	78,87	700,77	16,27
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности, * йогурт 2,5% жирности)	180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Итого			180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Ужин								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * масло сливочное, * горошек зеленый консервы)	150/25	16,89	17,26	4,20	239,58	1,20
2008	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (аллергики) (яйца куриные (шт.))	52	6,58	5,92	0,38	81,17	0,00
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,22	0,02
2008		* ПРЯНИКИ (* пряники)	30	1,72	1,37	21,83	106,51	0,00
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			425	21,71	19,79	46,79	452,11	1,22
Всего				62,66	76,22	194,33	1 730,16	19,57

Ст.медсестра

Handwritten signature

Удрис В.В.