

Утверждаю

Заведующая

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

МЕНЮ

25 марта 2025 г.
Сад 12 часов

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	6,96	26,74	199,81	0,83	
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,04	3,49	15,36	110,04	0,75	
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	
Итого			435	17,74	16,00	62,66	468,39	1,58	
II Завтрак									
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,48	15,00	
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,48	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	12,96	7,04	171,99	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	13,99	28,23	16,69	377,06	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	22,23	41,54	50,37	669,33	5,98	
Полдник									
2010	102	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09	
Итого			200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09	
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	17,93	14,55	27,55	339,96	1,32	
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,22	0,02	
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	
Итого			395	21,03	15,71	48,31	445,98	1,34	
				67,51	78,94	185,82	1 764,18	24,99	

Ст. медсестра

Удрис В.В.

МЕНЮ

25 марта 2025 г.
Ясли 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	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	5,47	5,25	19,73	148,76	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,33	93,82	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			340	13,37	11,96	48,48	357,07	1,24
II Завтрак								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,69	70,47	14,99
Итого			150	0,60	0,60	14,69	70,47	14,99
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	11,12	6,33	148,75	4,95
2010	64	* «ЕЖИКИ» 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	12,35	25,70	15,84	344,34	0,58
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			558	19,43	37,13	45,07	596,72	5,53
Полдник								
2010	102	* МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
Итого			200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
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	14,44	11,75	23,80	281,31	1,14
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
		* ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ (*фруктовое пюре)	90	12,24	0,45	3,15	67,50	0,00
Итого			420	29,01	13,07	42,53	428,37	1,16
Всего				68,32	67,85	160,55	1 562,63	24,01

Ст.медсестра

Удрис В.В.