

Утверждаю

Заведующая
МДОУ № 36 "Золотой петушок" ЯМР
Казанкова Т.Н./**МЕНЮ**
26 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	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	5,92	16,56	141,03	0,62
2010	100	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,68	3,88	14,70	113,87	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			378	12,96	17,60	51,90	419,70	1,37
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	8	* РАССОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* картофель, * крупа рисовая, * морковь, * лук, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	180/15/8	5,03	11,25	11,02	169,83	4,23
2010	51	* КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (*батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), * Филе рыбы)	60	9,13	5,20	9,65	121,72	0,16
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	120	2,74	3,74	15,85	108,32	7,38
2008	441	* НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, * сахар песок, вода питьевая)	150	0,49	0,20	19,29	90,34	60,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			568	19,71	20,70	70,65	561,60	71,77
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)	130/20	14,49	14,90	3,55	206,06	0,97
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,08	0,00	7,58	30,63	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			340	17,57	16,06	31,69	341,49	0,99
Всего				55,75	58,85	174,45	1 475,00	77,12

Ст.медсестра

Удрис В.В.

МЕНЮ

26 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	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	6,93	7,89	22,40	189,32	0,83	
2010	100	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,76	3,93	15,71	118,67	0,75	
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	
Итого			430	14,79	21,28	58,77	487,79	1,58	
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	8	* РАССОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* картофель, * крупа рисовая, * морковь, * лук, * огурцы соленые, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	200/20/10	6,00	13,25	12,97	200,12	5,06	
2010	51	* КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (*батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), * филе рыбы)	70	10,60	6,04	11,35	142,07	0,18	
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,40	4,61	19,81	134,81	9,22	
2010	77	* КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (* картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	2,96	4,10	23,79	144,05	12,00	
2008	441	* НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, * сахар песок, вода питьевая)	180	0,59	0,24	22,95	107,64	72,00	
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00	
Итого			670	23,24	24,49	84,04	666,22	86,46	
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	16,95	17,34	4,21	240,56	1,20	
2008	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (аллергики) (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	8,91	36,03	0,02	
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00	
того			395	20,05	18,50	33,68	381,39	1,22	
сего				63,97	68,84	204,17	1 720,07	93,76	

Ст.медсестра

Handwritten signature

Удрис В.В.