

Утверждаю

Заведующая

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

МЕНЮ

27 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								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,87	7,18	27,67	203,75	0,83
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
Итого			420	9,97	8,34	57,14	344,58	0,85
II Завтрак								
2008		* ФРУКТ (* яблоки)	200	0,80	0,80	19,60	94,02	20,00
Итого			200	0,80	0,80	19,60	94,02	20,00
Обед								
2010	9	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	200/20	5,84	11,94	12,94	182,90	6,41
2010	59	* КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ (* свинина для детского питания, *батон йодированный, * лук, * молоко пастер 2,5% жирности, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	70	8,49	16,47	14,12	238,86	0,35
2010	82	* КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, * масло сливочное, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, * лавровый лист, * соль йодированная)	150	3,63	5,23	10,95	107,71	32,68
2010	95	* НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (* лимон, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,11	0,01	16,81	69,73	1,91
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			660	20,72	34,00	71,78	680,78	41,35
Полдник								
		* НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" (* сухая смесь "витошка", вода питьевая)	200	0,00	0,00	1,84	7,76	0,00
Итого			200	0,00	0,00	1,84	7,76	0,00
Ужин								
2010	46	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (* творог 9,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * джем)	120/25	22,16	14,18	35,68	363,40	3,51
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			365	25,26	15,34	56,44	469,40	3,53
Всего				56,75	58,48	206,80	1 596,54	65,73

Ст.медсестра

Удрис В.В.



МЕНЮ

27 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								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,14	5,47	20,31	151,75	0,62
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,08	0,00	7,43	29,93	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			330	7,47	6,34	43,16	260,28	0,64
II Завтрак								
2008		* ФРУКТ (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,69	70,46	14,99
Итого			150	0,60	0,60	14,69	70,46	14,99
Обед								
2010	9	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	180/15	4,98	10,17	11,65	158,33	5,78
2010	82	* КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокочанная, * масло сливочное, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, * лавровый лист, * соль йодированная)	120	2,92	4,37	8,76	87,67	26,15
2010	59	* КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ (* свинина для детского питания, *батон йодированный, * лук, * молоко пастер 2,5% жирности, * соль йодированная, * сухари панировочные, * масло подсолнечное рафинированное)	60	7,27	14,15	12,10	204,95	0,30
2010	95	* НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (* лимон, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,09	0,01	13,90	57,68	1,58
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			560	17,58	29,01	61,25	580,02	33,81
Полдник								
2008	442	* СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Ужин								
2010	46	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (* творог 9,0% жирности, * молоко пастер 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * джем)	120/25	22,02	14,13	35,78	362,73	3,51
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,08	0,00	0,16	0,90	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			335	25,10	15,29	56,50	468,43	3,53
Всего				51,50	51,39	190,45	1 443,69	55,97

Ст.медсестра

Удрис В.В.