



МЕНЮ

5 мая 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	189	*КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (* крупа манная, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * сахар песок, * масло сливочное)	200	6,54	6,92	24,08	185,06	0,83
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,22	0,02
2008		* КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (* печенье, * детское печенье, * вафли, * пастила, * мармелад)	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
Итого			420	9,64	10,84	54,04	353,08	0,85
II Завтрак								
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
Обед								
2010	9	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * рыба горбуша потрошенная с головой, * рыба минтай)	200/25	6,18	2,38	11,96	94,35	5,99
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш.сорт, * томатная паста, вода питьевая)	40/40	10,98	7,91	3,93	146,72	8,06
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,48	4,35	34,91	200,77	0,00
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			675	25,29	14,99	77,44	562,12	14,05
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности)	180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Итого			180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Ужин								
2010	57	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * соль йодированная, * лавровый лист, * масло сливочное)	200	2,88	6,26	21,74	155,57	11,03
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,96	36,25	0,02
2010	104	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло сливочное, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), * масло подсолнечное рафинированное)	70	6,77	4,31	40,26	226,64	0,12
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			490	12,40	10,92	87,92	500,04	11,17
Всего				53,12	41,40	242,37	1 581,46	30,33

Ст.медсестра

[Signature]

Удрис В.В.

Утверждаю



Заведующая

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

5 мая 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	189	*КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (* крупа манная, вода питьевая, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * сахар песок, * масло сливочное)	150	4,91	5,07	17,98	137,30	0,62
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2008		* КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (* печенье, * детское печенье, * вафли , * пастила, * мармелад)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			320	6,50	7,03	33,03	221,73	0,64
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	9	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * рыба горбуша потрошенная с головой, * рыба минтай)	180/20	5,25	2,21	10,77	84,31	5,40
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш.сорт, * томатная паста, вода питьевая)	40/40	10,98	7,72	3,93	144,90	8,05
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	110	4,05	3,24	25,71	148,10	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,64	34,56	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			570	22,27	13,43	61,77	473,06	13,45
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности)	180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Итого			180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Ужин								
2010	57	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * соль йодированная, * лавровый лист, * масло сливочное)	180	2,61	5,65	19,56	140,09	9,93
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,09	0,00	8,11	32,81	0,02
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2010	104	* СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (* мука пшеничная высш.сорт, * сахар песок, * масло сливочное, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), * масло подсолнечное рафинированное)	60	5,81	3,82	35,17	198,09	0,10
Итого			420	10,50	9,73	75,56	432,18	10,05
Всего				44,93	34,81	190,81	1 282,23	27,89

Ст.медсестра

Удрис В.В.