

Утверждаю

Заведующая

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

МЕНЮ

12 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								
2010	14	* ЛАПША МОЛОЧНАЯ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * вермишель высш. сорт, * масло сливочное)	150	5,01	5,30	17,40	138,08	0,62
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,08	0,00	0,16	0,90	0,02
2008		* КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (* печенье, * детское печенье, * вафли, * пастила, * мармелад)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			320	6,59	7,26	32,44	222,38	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	* РАССОЛЬНИК С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * рыба горбуша потрошенная с головой, * сметана 15% жирности, * огурцы соленые, * крупа рисовая, * рыба минтай)	180/20/9	5,62	3,61	12,49	109,70	4,90
2010	55	* ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (* масло подсолнечное рафинированное, * лук, * томатная паста, * мука пшеничная высш. сорт, * соль йодированная, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	30/30	8,37	21,06	3,92	238,97	0,66
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	110	4,47	3,80	20,13	132,34	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,77	35,07	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			559	20,45	28,73	58,03	577,27	5,56
Полдник								
2010	102	* МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,43	3,82	7,33	82,50	0,82
Итого			150	4,43	3,82	7,33	82,50	0,82
Ужин								
2010	83	* РАГУ ОВОЩНОЕ (* картофель, * морковь, * лук, * капуста белокочанная, * томатная паста, * масло сливочное, * соль йодированная)	170	2,97	3,85	15,47	109,79	17,95
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,07	32,65	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)	60	5,68	3,89	34,98	197,53	0,10
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			440	10,74	8,00	71,24	401,16	18,07
Всего				42,83	47,93	181,37	1 336,85	27,58

Ст. медсестра

Удрис В.В.

Утверждаю

Заведующая
МДОУ № 36 "Золотой петушок" ЯМР
(Казанкова Т.Н.)**МЕНЮ**
12 мая 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	14	* ЛАПША МОЛОЧНАЯ (* молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * вермишель высш.сорт, * масло сливочное)	200	6,67	6,93	23,17	182,76	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	9,77	10,85	53,13	350,78	0,85
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	9	* РАССОЛЬНИК С РЫБОЙ СО СМЕТАНОЙ (* картофель, * морковь, * 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	3,99	13,72	122,43	5,43
2010	55	* ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ (* масло подсолнечное рафинированное, * лук, * томатная паста, * мука пшеничная высш.сорт, * соль йодированная, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	40/40	9,57	24,08	4,48	273,02	0,75
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	130	5,29	4,60	23,81	157,46	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			665	24,13	33,02	68,65	673,19	6,18
Полдник								
2010	102	* МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,32	4,58	8,80	98,99	0,98
Итого			180	5,32	4,58	8,80	98,99	0,98
Ужин								
2010	83	* РАГУ ОВОЩНОЕ (* картофель, * морковь, * лук, * капуста белокочанная, * томатная паста, * масло сливочное, * соль йодированная)	200	3,48	4,61	18,20	129,99	21,11
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,89	35,98	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)	60	5,55	3,59	35,09	195,02	0,10
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			470	11,12	8,46	74,90	422,18	21,23
Всего				51,34	57,11	225,28	1 631,14	33,24

Ст.медсестра

Удрис В.В.