



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

МЕНЮ
20 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,87	7,21	27,65	203,91	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,05	3,49	15,45	110,43	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			420	13,92	11,86	63,66	419,14	1,58
II Завтрак								
2008		* ФРУКТ (* яблоки)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,00
Итого			200	0,80	0,80	19,60	94,00	20,00
Обед								
2010	7	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	200/20/10	5,69	13,08	6,64	171,94	8,77
2010	51	* КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (*батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, * филе рыбы)	70	9,62	5,12	11,27	129,64	0,18
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,41	4,63	19,80	134,91	9,22
2010	77	* КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (* картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	2,96	4,10	23,79	144,05	12,00
2008	440 ТТК	* НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * сахар песок)	180	0,71	0,04	16,63	70,29	0,22
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			670	22,08	23,22	71,30	588,36	18,39
Полдник								
		* НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" (* сухая смесь "витошка", вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,66	6,97	0,00
Итого			180	0,00	0,00	1,66	6,97	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)	150/25	26,65	17,04	43,01	437,19	4,22
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			395	29,75	18,20	63,77	543,19	4,24
Всего				66,55	54,08	219,99	1 651,66	44,21

Ст.медсестра

Удрис В.В.

МЕНЮ

20 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,14	5,32	20,52	151,20	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,25	93,50	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			330	10,77	9,10	49,19	323,30	1,24
II Завтрак								
2008		* ФРУКТ (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Обед								
2010	7	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	180/15/9	4,85	11,17	5,95	148,30	7,88
2010	51	* КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (*батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, * филе рыбы)	60	8,25	4,31	9,68	110,62	0,16
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* молоко пастер. 2,5% жирности, * картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	120	2,74	3,80	15,85	108,91	7,38
2008	440 ТТК	* НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * сахар песок)	150	0,59	0,04	15,45	64,96	0,19
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	28	1,85	0,25	11,87	57,11	0,00
Итого			562	18,28	19,57	58,80	489,90	15,61
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	22,25	14,33	35,60	364,86	3,51
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,08	0,00	0,17	1,00	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			325	24,58	15,20	51,19	444,46	3,53
Всего				54,98	44,62	188,73	1 392,66	38,38

Ст.медсестра



Удрис В.В.