

Утверждаю

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



МЕНЮ

29 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	* МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ (* масло сливочное)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2010	32	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (* пшено, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,56	5,52	20,75	155,70	0,62
2010	100	* КАКАО С МОЛОКОМ (* какао-порошок, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,97	3,28	13,58	100,83	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			348	12,61	16,60	54,97	421,33	1,24
II Завтрак								
		* ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ (*фруктовое пюре)	125	17,00	0,63	4,38	93,75	0,00
Итого			125	17,00	0,63	4,38	93,75	0,00
Обед								
2012	82	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С МЯСОМ (* картофель, *вермишель высш.сорт, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * свинина для детского питания)	180	5,46	10,34	14,36	172,51	4,74
2008	306	* ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (* капуста белокочанная, * крупа рисовая, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * томатная паста, * масло сливочное, * морковь, * мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), * свинина для детского питания)	100/100	8,38	16,88	12,32	237,18	10,02
2010	90	* КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (* яблоки, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,08	0,08	10,59	43,86	0,79
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			565	16,24	27,61	52,11	524,94	15,55
Полдник								
2008	442	* СОК "АГУША" (* сок "агуша")	200	1,00	0,20	19,75	85,79	3,99
Итого			200	1,00	0,20	19,75	85,79	3,99
Ужин								
1997	70	* РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная, * филе рыбы)	130	16,23	10,51	2,44	169,22	0,33
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,12	0,00	7,98	32,41	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			350	19,35	11,67	30,98	306,43	0,35
Всего			66,20	56,71	162,19	1 432,24	21,13	

Ст.медсестра _____

Удрис В.В.