

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "ДЕТСКИЙ САД №29"
Есякова Н.П./**МЕНЮ**
11 июня 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 "ПШЕННАЯ" (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,1	6,2	21,7	160	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш.сорт)	30/5	2,3	4,3	15,1	108	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,1	2,5	8,7	70	0,4
Итого			335	9,5	13	45,5	338	0,8
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	110	0,6	0,1	10,8	46	0,9
Итого			110	0,6	0,1	10,8	46	0,9
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ. (куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2	3	7,4	64	5,98
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	120	4,3	4,5	27,4	167	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ (куры потрош. 1 категории, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная)	70	6,7	10,8	6	148	1,7
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			530	15,6	18,7	62,7	480	7,68
Полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ. (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт)	130/30	22,9	21	24,3	380	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	155	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШЕГО СОРТА (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			345	25,2	21,2	48,8	489	0,3
Всего				50,9	53	167,8	1353	9,68



МЕНЮ

11 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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 "ПШЕННАЯ" (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,8	5,4	20,1	150	0,4
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/6	3	5,2	19,6	137	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,3	1,9	7,1	56	0,4
Итого			376	10,1	12,5	46,8	343	0,8
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	135	0,7	0,1	13,2	56	1,1
Итого			135	0,7	0,1	13,2	56	1,1
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ. (куры потрош. 1 категории, капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	2,4	3,6	8,9	77	7,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,8	4,1	30,2	176	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ (куры потрош. 1 категории, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, соль йодированная)	75	8,8	10,1	4,5	146	1,4
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	51	3,4	0,4	21,5	103	0
Итого			616	19,4	18,2	71,8	529	8,6
Полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ. (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт)	140/40	26,9	20,4	21	379	0,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	150	0,1		10,8	44	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШЕГО СОРТА (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	39	2,9	0,2	19	90	0
Итого			369	29,9	20,6	50,8	513	0,4
Всего				60,1	51,4	182,6	1441	10,9