

Утверждаю
И.о.заведующего
МБДОУ "детский сад "Северное сияние"
М.А.Аюпова/

МЕНЮ
7 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								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло сливочно-сливочное неосаженое, сахар песок, соль йодированная)	170	3,10	3,28	13,25	95,29	0,44
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	190	0,12	0,00	9,92	40,15	0,02
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (дрожж., хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,00	0,18	23,51	101,93	6,01
Итого			400	5,22	3,46	46,68	237,37	6,47
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (СНЕЖОК) (сметана 2,5% жирности)	100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Итого			100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, огурцы соление, лук репчатый, поринок зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	0,96	2,64	5,36	49,53	4,37
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соление, масло сливочно-сливочное неосаженое, вода питьевая, соль йодированная, говядина 1 категории)	185	5,28	6,34	12,17	127,20	4,96
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ (говядина 1 категории, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	155	14,09	13,54	33,63	312,85	1,02
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (ягоды, сахар песок, вода питьевая)	180	0,08	0,03	10,22	42,77	0,90
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшенич.выш.обог. микроэлементами)	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
Итого			605	22,08	22,75	72,05	584,02	11,25
Уплотненный полдник								
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сливочно-сливочное неосаженое, соль йодированная)	130	10,00	11,49	19,84	222,74	10,03
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	50	0,71	1,87	2,96	37,12	0,02
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008		кондитерское изделие в ассортименте (зефир) (зефир)	40	0,32	0,04	31,92	130,40	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшенич.выш.обог. микроэлементами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	55	4,20	0,34	27,61	130,31	0,00
Итого			580	18,23	14,52	120,55	695,97	23,65
Итого				48,43	43,23	243,48	1 571,36	41,67

Утверждаю

И.о. заведующего
МБДОУ детский сад "Северное сияние"
Т.М.А. Аюпова/

МЕНЮ

7 мая 2025 г.

Ясли 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- водм, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (рыбные пацеры, 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар пшени, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	2,87	2,94	10,84	81,82	0,42
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (листья чайных, сахар пшени, чай черный байховый)	170	0,10	0,00	13,82	54,84	0,02
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (хлеб, слив. пшеница, формовый крем ваниль сорт)	35	1,97	0,17	19,84	87,61	4,00
Итого			355	4,94	3,11	44,30	224,27	4,44
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (СНЕЖОК) (листья 2,5% жирности)	100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Итого			100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консерв, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	0,71	2,14	4,09	38,81	3,18
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сливочно-сливочное несоленое, вода питьевая, лимонная 1 категории, соль йодированная)	150	4,22	5,08	9,85	102,35	4,02
2008	266	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ (говядина 1 категории, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	120	11,77	10,96	27,43	255,59	0,80
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (листья, сахар пшени, вода питьевая)	150	0,08	0,03	8,17	34,29	0,78
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микродозированный)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			480	18,09	18,37	58,07	472,37	8,78
Уплотненный полдник								
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	8,77	8,60	17,24	181,56	8,72
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (масло подсолнечное высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	30	0,63	2,20	1,43	34,37	0,02
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ЗЕФИР) (зефир)	25	0,20	0,03	19,95	81,50	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенично-формовый муки высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микродозированный)	20	1,32	0,16	8,48	40,79	0,00
Итого			475	15,02	11,81	91,82	544,45	21,74
Всего				40,95	35,79	198,39	1 295,09	35,26