

Утверждаю

И.в. заведующего
МБДОУ "детский сад "Золотое ситишко"
/А.Р. Керимова/

МЕНЮ 15 апреля 2025 г. Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически- цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), масло сливочное 2,5% жирности, молоко пастеризованное рафинированное, масло сливочное-слизненное, соль йодированная)	90	8,43	11,93	1,49	147,10	0,12
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,70	3,69	36,88	2,34
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное-слизненное, хлеб пшеницы французской муки высш. сорт)	25	1,56	4,33	10,08	85,51	0,00
Итого			355	17,24	22,73	24,35	371,19	5,16
II Завтрак								
		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКИ) (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С КУКУРУЗОЙ (картофель, кукуруза консервы, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	1,16	1,75	6,08	44,83	3,22
2012	57	БОРЩ (свиная, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар белый, уксус лимонный, специи 1 пакетик, заправка 10% жирности, соль йодированная)	150	4,21	6,31	7,86	107,77	5,31
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая кусковая, вода питьевая, масло сливочное-слизненное несоленное, соль йодированная)	110	3,78	3,52	23,94	142,45	0,00
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ (говядина 1 категория, хлеб пшеницы французской муки высш. сорт, вода питьевая, масло сливочное-слизненное несоленное, соль йодированная)	50	7,54	7,57	5,98	122,11	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (масло сливочное 2,5% жирности, масло сливочное-слизненное, молоко пастеризованное (соль йодированная))	30	1,25	3,72	3,62	54,23	0,16
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОЧНЫЙ) (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный (обл. мюллеровский))	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
Итого			550	19,99	23,15	71,13	576,89	11,89
Уплотненный полдник								
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар белый, соль йодированная)	30	0,47	1,02	2,81	22,75	1,03
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, масло сливочное 2,5% жирности, масло сливочное-слизненное несоленное, соль йодированная)	120	2,51	2,48	17,06	100,89	8,29
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба минтай мороженый, хлеб пшеницы французской муки высш. сорт, морковь пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочное-слизненное несоленное, соль йодированная)	50	8,82	3,81	4,79	88,91	0,14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар белый, чай-черный (белый))	150	0,10	0,00	7,90	32,03	0,02
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное (вод. мука) (сорт))	25	1,88	2,46	18,67	104,67	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы французской муки высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный (обл. мюллеровский))	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			435	15,16	10,16	79,83	485,31	9,48
Всего				55,79	56,46	185,11	1 480,20	35,33

Утверждаю



МЕНЮ 15 апреля 2025 г. Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца перепел (шт.) молоко пастер. 2,5% жирности, соль, гидролизованный, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное-кусочек)	110	11,30	15,57	2,00	193,61	0,16
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (картофель консервированный, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,66	3,69	36,52	2,34
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,60
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное-кусочек, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	30	1,94	4,29	12,59	96,61	0,00
Итого			400	21,19	26,82	28,38	439,94	5,50
II Завтрак								
	ТХ№020	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С КУКУРУЗОЙ (картофель, кукуруза консервированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль, гидролизованный)	50	1,44	2,42	7,56	57,74	4,00
2012	57	БОРЩ (свиная, курятина безосточная, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, (сало свиное, вода питьевая, специи) 1 категория, сметана 15% жирности, соль, гидролизованный)	180	4,63	6,65	7,43	111,39	4,96
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (кукуруза перловая, картофель, вода питьевая, соль, гидролизованный, масло сливочное-кусочек)	130	4,35	3,45	27,56	158,50	0,00
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ (говядина 1 категория, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта, вода питьевая, масло сливочное-кусочек, лук репчатый, соль, гидролизованный)	70	10,43	10,19	7,28	162,33	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (картофель пастер. 2,5% жирности, масло сливочное-кусочек, сметана, мука пшеничная высшего сорта, соль, гидролизованный)	50	2,07	6,07	6,43	88,95	0,26
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОЧНЫЙ) (сок яблочный)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
	ТХ №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-кусочек, мука пшеничная высшего сорта, микроуравнитель)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			685	25,72	29,16	84,68	707,31	12,82
Уплотненный полдник								
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (картофель, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль, гидролизованный)	50	0,78	1,69	4,57	37,33	1,69
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное-кусочек, соль, гидролизованный)	130	2,72	3,71	18,53	118,68	9,00
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыбный фарш 2,5% жирности, масло сливочное-кусочек, сметана, соль, гидролизованный, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта, вода питьевая (шт.))	70	8,31	6,38	4,81	109,40	0,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,12	0,00	9,92	40,14	0,02
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное мука высшего сорта)	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	65	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
	ТХ №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-кусочек, мука пшеничная высшего сорта, микроуравнитель)	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
Итого			545	20,43	15,78	101,94	623,42	18,91
Всего				67,74	72,13	224,80	1 627,67	39,23