



МЕНЮ 19 июня 2025 г. Сад 12 часов

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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронный изделия высшего сорта, масло (сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	180	4,08	3,48	15,41	109,94	0,47
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	180	3,16	2,62	14,00	92,97	0,58
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (сыр российский, масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеницы (фаринированный высшего сорта)	40	4,27	7,27	12,60	133,40	0,07
Итого			400	11,51	13,37	42,01	336,31	1,12
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	100	0,16	0,07	7,04	30,04	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,04	30,04	26,00
Обед								
2012		САЛАТ ЛЕТНИЙ (картофель, томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	0,78	2,14	4,56	41,19	8,39
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, пшеница 1 категории, соль йодированная)	180	4,97	5,77	6,56	98,65	9,01
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	150	9,86	10,00	16,35	195,00	8,44
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	180	0,18	0,17	20,21	84,34	1,84
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшеный)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			595	17,49	18,28	58,28	470,18	27,68
Уплотненный полдник								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ (крупа рисовая, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло (сливочно-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная)	115	10,12	15,99	18,86	300,91	0,20
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочное высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, сахар песок, соль йодированная)	50	0,75	1,94	6,57	52,59	0,02
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (масло сливочное высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, дрожжи пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная)	60	5,45	5,55	40,01	231,76	0,13
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (АБРИКОС) (абрикосы свежие)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы (фаринированный высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,61	130,32	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшеный)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			585	36,71	28,79	112,74	868,28	3,05
Всего				85,87	60,51	220,07	1 704,81	57,85

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ детский сад "Северное сияние"
И. А. Алгинкина

МЕНЮ **19 июня 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- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высшего сорта, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,39	2,83	12,69	90,36	0,39
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	150	2,63	2,18	11,20	75,57	0,49
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (сыр российский, масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеничный формовый мука высшего сорта)	35	3,90	7,33	10,08	122,44	0,07
Итого			335	9,92	12,34	33,97	288,37	0,95
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	100	0,16	0,07	7,14	30,45	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,14	30,45	26,00
Обед								
2012		САЛАТ ЛЕТНИЙ (картофель, томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	30	0,37	1,69	2,12	25,38	4,10
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина 1 категории)	150	4,10	4,98	6,13	86,21	7,85
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	120	7,85	7,90	14,22	159,48	7,33
2012	372	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	150	0,17	0,16	18,60	77,44	1,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,36	0,16	8,56	41,36	0,00
Итого			470	13,85	14,89	49,63	389,87	20,88
Уплотненный полдник								
2012	189	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ (крупа рисовая, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная)	110	17,04	13,65	16,79	262,66	0,18
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) (мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, сахар песок)	50	0,76	1,94	5,55	48,46	0,02
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная)	50	5,16	4,64	37,31	213,25	0,11
2008		ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ (АБРИКОС) (абрикосы свежие)	95	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовый мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			515	31,56	24,48	95,23	739,00	1,09
Всего				55,49	51,78	185,97	1 447,69	48,92