

Утверждаю

И.о. заведующего
МБДОУ детский сад "Северное сияние"
/А.Р. Керсипова/

МЕНЮ

24 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

				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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	5,10	7,14	21,28	170,47	0,69
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	180	3,14	2,62	13,44	90,61	0,58
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт)	30	1,59	0,13	17,33	75,76	4,00
Итого			360	9,83	9,89	52,03	336,84	5,27
II Завтрак								
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,02	38,02
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,02	38,02
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, помидоры, лимон, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,53	2,64	3,07	38,61	3,88
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180	4,12	6,09	10,03	111,74	5,76
2008	260	АЗУ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, огурцы соленые, картофель, соль йодированная)	110	7,81	9,73	13,14	171,71	6,48
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
Итого			490	14,49	18,78	49,32	426,13	19,12
Уплотненный полдник								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная)	155	3,87	5,48	14,37	124,82	33,95
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	8,75	7,98	5,08	126,89	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150	2,67	2,17	11,50	77,11	0,39
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПРЯНИК) (пряники заварные)	25	1,48	1,18	18,75	91,50	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт)	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			450	21,15	17,22	78,30	556,38	34,34
Всего				46,27	46,09	187,15	1 357,37	96,75

Утверждаю

И.о. заведующего
МБДОУ детский сад "Северное сияние"
А.Р. Керсипова

МЕНЮ
24 апреля 2025 г.
Сад 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, цукат, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное-масляное, сахар песок, соль йодированная)	200	6,89	9,53	28,25	227,47	0,94
2012	304	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чайовый пакет, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный (Бразилия))	200	3,50	2,91	14,56	99,22	0,64
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (дрожжи, хлеб пшенично-ржаной муча высшего сорта)	40	2,00	0,18	23,51	101,91	6,01
Итого			440	12,39	12,62	66,32	428,60	7,59
II Завтрак								
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,01	38,01
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,01	38,01
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, помидоры, салатный лук, майонез, соль йодированная)	50	1,04	2,57	5,47	50,09	8,02
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (картофель, капуста, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная)	180	4,12	5,98	10,06	110,83	5,76
2008	260	АЗУ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, специи: соль, кардамон, соль йодированная)	150	11,00	13,84	15,71	231,64	7,72
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок апельсиновый)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшенным)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			605	18,86	22,79	61,64	529,56	25,50
Уплотненный полдник								
2012	336	КАЛУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, соль йодированная)	160	3,98	5,60	14,91	128,91	35,06
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЕЛЕННЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшенично-ржаной муча высшего сорта, вода питьевая, масло сливочно-сливочное-масляное, соль йодированная)	70	10,23	9,09	6,28	147,69	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,52	2,87	14,64	99,55	0,52
2008		кондитерское изделие в АССОРТИМЕНТЕ (ПРЯНИК) (пряники, сахарная пудра)	35	2,07	1,65	26,27	128,17	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенично-ржаной муча высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,81	130,30	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшенным)	25	2,83	0,33	17,67	85,00	0,00
Итого			545	26,63	19,88	107,38	85,00	0,00
Всего				58,88	55,49	242,84	719,62	35,57
						1 715,79	106,67	