

МЕНЮ
27 февраля 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, тышо, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	6,89	9,52	28,24	227,37	0,94
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чайвар пастер., молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	200	3,50	2,91	14,53	99,08	0,64
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (дрожж., хлеб пшеничный формовой мука высшего сорт)	40	2,00	0,18	23,51	101,93	6,01
Итого			440	12,39	12,61	66,28	428,38	7,59
II Завтрак								
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (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								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек консерв., консервы, лимон, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	50	1,04	2,54	5,45	49,80	8,02
2012	84	УХА РЫБАЦКАЯ (рыба горбуша порционная с головой, картофель, лук репчатый, масло сливочно-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	180/20	6,00	3,59	7,94	88,15	4,09
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,51	2,90	20,42	118,09	10,32
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	80	13,01	9,96	3,38	171,85	9,42
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			685	24,26	19,19	57,47	517,59	31,85
Уплотненный полдник								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорт, сахар песок, соль йодированная)	160	3,97	5,60	14,91	128,86	35,06
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высшего сорт, яйца куриные (цп.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	11,41	4,73	2,23	97,34	0,15
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,51	2,87	14,64	99,48	0,52
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПРЯНИК) (пряники заварные)	35	2,07	1,65	26,27	128,19	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высшего сорт)	55	4,20	0,34	27,61	130,31	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	2,83	0,33	17,67	85,00	0,00
Итого			545	27,99	15,52	103,33	669,18	35,73
Всего				65,04	47,72	236,88	1 662,15	85,17

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ детский сад "Сверное сияние"
С. А. Алгинкина

МЕНЮ 27 февраля 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	5,10	7,14	21,26	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 (дрожжи, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	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 (яблоки)	100	0,40	0,40	9,81	47,04	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,04	10,01
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ) (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, лимон, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,53	2,64	3,07	38,61	3,88
2012	84	УХА РЫБАЦКАЯ (рыба горбуша потрошенная с кожей, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	150/15	4,82	2,98	6,51	72,22	3,35
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,15	3,56	17,41	110,49	8,80
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	60/10	14,90	8,81	2,20	166,70	11,01
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (яблоки, груши (сорт), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,78	31,12	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. ферментативный)	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
Итого			545	23,68	16,16	45,20	458,71	27,04
Уплотненный полдник								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, соль йодированная)	155	3,87	5,48	14,37	124,82	33,95
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные (шт), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	50	8,13	3,27	1,51	67,97	0,11
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 пшеницы формовой мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. ферментативный)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			440	20,53	12,51	74,73	497,46	34,45
Всего				54,44	40,96	181,77	1 340,05	76,77