



МЕНЮ
27 марта 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" (пшеница рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное-сливочное, сахар пасто. соль йодированная)	200	6,89	9,54	28,26	227,58	0,94
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чайов пшени. молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	200	3,50	2,91	14,56	99,20	0,84
2012.	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (хлеб, хлеб пшенично-ржаной мука высш. сорт)	40	2,00	0,18	23,51	101,93	8,01
Итого			440	12,39	12,63	66,33	428,71	7,59
II Завтрак								
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ГРУША) (блинчик)	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 зеленый консерв., лук порей, масло подсолнечное рафинированное, сахар пасто. соль йодированная)	50	1,04	2,57	5,47	50,08	8,01
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (капуста белокочанная, картофель, кукуруза рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, поваренная соль, соль йодированная)	180	4,12	5,99	10,04	110,92	5,78
2008	260	АЗУ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, поваренная соль, мука пшеничная высш. сорт, огурцы соленые, картофель, соль йодированная)	150	11,00	13,85	15,74	231,89	7,72
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок абрикотовый)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроуравновешенный)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			605	18,86	22,81	61,66	529,89	25,49
Уплотненный полдник								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, поваренная соль, мука пшеничная высш. сорт, сахар пасто. соль йодированная)	160	3,98	5,64	14,96	129,39	35,06
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшенично-ржаной мука высш. сорт, вода питьевая, масло сливочное-сливочное, сливочное, соль йодированная)	70	10,23	9,08	6,30	147,59	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар пасто.)	200	3,52	2,87	14,64	99,50	0,52
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ЗЕФИР) (зефир)	35	0,28	0,04	27,95	114,18	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенично-ржаной мука высш. сорт)	55	4,20	0,34	27,61	130,31	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроуравновешенный)	25	2,83	0,33	17,67	85,00	0,00
Итого			545	25,04	18,30	109,13	85,00	0,00
Всего				56,69	54,14	248,91	1 711,57	78,66



Заведующий
МБДОУ детский сад "Северное сияние"
С. А. Алгинкина

МЕНЮ

27 марта 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 сливочное-кислое, сахар песок, соль йодированная)	150	5,08	7,02	20,98	168,35	0,69
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байскель)	180	3,14	2,62	13,29	90,04	0,58
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	1,59	0,13	17,33	75,76	4,00
Итого			360	9,81	9,77	51,60	334,15	5,27
II Завтрак								
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ГРУША) (груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокачанная, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консерв., лимон, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,53	2,54	2,96	37,15	3,90
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (капуста белокачанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180	4,12	6,01	10,07	111,19	5,77
2008	260	АЗУ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, огурцы соленые, картофель, соль йодированная)	110	7,80	9,83	13,16	172,53	6,48
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничнй обог. микроэлементами)	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
Итого			490	14,48	18,70	49,27	424,94	19,15
Уплотненный полдник								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	155	3,87	5,32	14,29	123,13	33,97
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	8,76	8,01	5,14	127,33	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150	2,70	2,19	11,54	77,48	0,39
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ЗЕФИР) (зефир)	25	0,20	0,03	19,95	81,50	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничнй обог. микроэлементами)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			450	19,91	15,96	79,52	413,33	0,00
Всего				44,60	44,73	190,69	1 351,59	63,78