

Согласовано

Заведующий

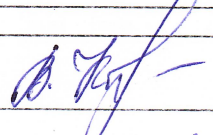
МДОУ № 12 "Полянка"

КАСЬЯНОВА Н В/

МЕНЮ

4 июля 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								
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, сахар песок)	150	4,1	3,7	13,8	106	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	100	3,2	0,4	20,6	98	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		9,9	40	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,1	4,9	0,1	45	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			335	6,2	12,2	36,7	282	0,3
II Завтрак								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	167	4,3	4,2	16,3	128	0
Итого			167	4,3	4,2	16,3	128	0
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, грудка бройлера целыята)	160/15	4,6	9,9	6,1	134	9,5
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	5	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина 1 категории , масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, говядина блк)	160	12,7	17,6	20	288	10,1
2010	86	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый, соль йодированная)	35	0,6	1,5	2,6	28	0,3
2017	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая)	35	0,6	1,3	3,3	28	1,5
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки красные, вода питьевая, сахар песок)	160			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			595	20,3	31,4	51,8	575	21,42
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	169	5,1	4,4	8,4	96	2,35
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			219	8,1	6,8	45,9	279	2,35
Ужин								
2017	61	ОМЛЕТ С СЫРОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)	100	7,7	9,9	1,5	127	0,1
2010	57	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (аллергики) (говядина 1 категории , картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист)	115	9	12,2	11,9	201	6,71
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (горошек зеленый консервы)	40	1,3		2,6	16	4,02
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, сахар песок, вода питьевая)	160	0,1		17,7	72	1,2
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			315	10,2	10,3	29,5	254	5,32
Всего				49,1	64,9	182,2	1518	29,39

Ст. медсестра  КОРОВКИНА ВСШеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР СВ

МЕНЮ

4 июля 2025 г.

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								
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, сахар песок)	185	5,2	4,6	17,2	132	0,4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии) (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,2	4,4	20,6	135	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок)	185	4,7	4,8	17,7	134	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		9,9	40	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			412	12,3	19,8	50,5	431	0,8
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, грудка бройлера цыпята)	180/15	4,7	10,4	6,6	141	10,2
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	5	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, говядина б/к)	170	16,7	20,6	25,9	356	13,1
2010	86	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый, соль йодированная)	40	0,5	1,6	2,8	30	0,3
2017	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая)	45	0,9	1,7	4,5	37	2
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки красные, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			680	26	35,9	69,4	710	25,62
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	169	5,1	4,4	8,4	96	2,35
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергии) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			219	8,1	6,8	45,9	279	2,35
Ужин								
2017	61	ОМЛЕТ С СЫРОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)	120	8,8	10	1,9	133	0,1
2010	57	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (аллергии) (говядина 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист)	180	12,8	17,3	16,9	286	9,53
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (горошек зеленый консервы)	35	1,1		2,3	14	3,52
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		20,1	82	1,2
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			350	11,1	10,4	32	268	4,82
Всего				57,5	72,9	197,8	1688	33,59

Ст, медсестра В. Кор КОРОВКИНА ВСШеф повар (зав. производством) Вел ВЕЛЬГЕР СВ