

Согласовано

Заведующий

МДОУ № 12 "Полянка"

КАСЬЯНОВА Н В/

МЕНЮ

21 июля 2025 г.

Ясли 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								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	3,8	2,8	15,7	104	0,2
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	0,1		9,4	38	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			345	5,9	11,3	38,1	278	0,2
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	150	1,4	1,5	7	47	4,9
2010	57	КАРТОФЕЛЬ. ТУШЁНЫЙ С МЯСОМ (говядина 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	160	8,1	7,3	17,5	170	8,6
2017	114	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160			12,1	24	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	26	1,6	0,3	9,8	49	0
Итого			496	11,1	9,1	46,4	290	14,5
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	150	4,5	3,9	7,5	85	2,09
Итого			150	4,5	3,9	7,5	85	2,09
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0 % жирности, молоко пастер. 3,2 % жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150	20,9	13,7	17,6	276	0
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	30	0,6	1,3	3,8	29	0
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (черника, протёртая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	4	0,8
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8,1	39	0
Итого			345	22,6	15,4	35,3	348	0,8
Всего				44,1	39,7	127,3	1001	17,59

Ст, медсестра

В. Кор

КОРОВКИНА ВС

Шеф повар (зав. производством)

Вельг

ВЕЛЬГЕР СВ

Согласовано

Заведующий

МДОУ № 12 "Полянка"

КАСЬЯНОВА Н В/

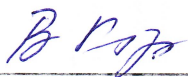
МЕНЮ

21 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								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	4,5	3,4	18,7	123	0,2
*		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		11,8	48	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)	31	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			403	7	13,8	46,1	336	0,2
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	180	1,4	1,8	6,7	49	6,1
2010	57	КАРТОФЕЛЬ. ТУШЁНЫЙ С МЯСОМ (говядина 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	180	9,2	8,2	19,8	191	9,7
2017	114	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180			15,6	32	1,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	31	2	0,4	12,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			586	13,7	10,8	61,9	371	17
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	169	5,1	4,4	8,4	96	2,35
Итого			169	5,1	4,4	8,4	96	2,35
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0 % жирности, молоко пастер. 3,2 % жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	160	22,4	14,8	18,4	294	0
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	30	0,6	1,3	4,1	31	0
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (черника, протёртая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	180			6,9	5	1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8,1	39	0
Итого			385	24,1	16,5	37,5	369	1
Всего				49,9	45,5	153,9	1172	20,55

Ст. медсестра



КОРОВКИНА ВС

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР СВ