

МЕНЮ

28 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								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупка ячневая, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	4,6	3,5	18,5	125	0,2
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупка ячневая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	1,6	0,2	13,4	62	0
		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		11,3	45	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			402	7,1	13,9	45,4	335	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	1,9	6,7	50	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	8,1	19,8	191	9,7
1993г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (черника, протёртая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	180			8	6	1,1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			585	13,7	10,8	54,3	346	16,9
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	170	5,1	4,4	8,5	97	2,37
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЛЮШКА (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	65	8,2	6,3	61,3	335	0
Итого			235	13,3	10,7	69,8	432	2,37
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0 % жирности, молоко пастер. 3,2 % жирности, крупка манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	170	23,7	15,6	19,5	312	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупка рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	180	11,4	13,5	37,5	316	1,1
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	40	0,9	1,9	5,3	42	0
2010	96	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,1		11,8	48	1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8	38	0
Итого			405	25,8	17,9	44,6	440	1
Всего				59,9	53,3	214,1	1553	20,47

Ст, медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

Согласовано

Заведующий
МДОУ № 12 "Полянка"
_____/КАСЬЯНОВА Н В/

МЕНЮ

28 апреля 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 (крупка ячневая, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	3,8	2,8	15,3	102	0,2
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупка ячневая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	1,5	0,2	14,4	65	0
		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		9,5	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	37,8	276	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	1,6	6,8	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	7,2	17,5	169	8,6
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (черника, протёртая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			6,6	5	0,9
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,6	0,3	9,8	49	0
Итого			485	11,1	9,1	40,7	270	14,4
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	150	4,5	3,9	7,5	85	2,09
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЛЮШКА (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	55	7	5,6	51,9	284	0
Итого			205	11,5	9,5	59,4	369	2,09
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0 % жирности, молоко пастер. 3,2 % жирности, крупка манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150	20,9	14,1	17,3	280	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	1,4	4,2	32	0
2010	96	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (вода питьевая, сахар песок, лимон)	160			10,6	43	0,8
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8	38	0
Итого			355	22,6	15,9	40,1	393	0,8
Всего				51,1	45,8	178	1308	17,49

Ст, медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В