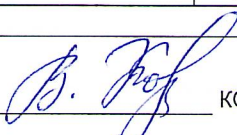


МЕНЮ

7 мая 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	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	3,2	2,5	13,8	91	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	1,2	0,6	8,4	44	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		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			402	5,7	12,9	39,3	296	0,2
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, говядина б/к)	180/10	4,8	4,6	13,9	117	7
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, говяжья печень, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	65/20	17,3	6,7	2,3	160	13,1
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	5,1	3,6	22,7	146	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	35	0,5	1,1	2,5	23	0,8
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,2	0,2	14,7	61	1,5
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
Итого			625	31	17	75,8	606	22,4
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	123	3,6	3,2	6,1	69	1,68
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергии) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			173	7,4	8,1	43,3	278	1,68
Ужин								
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (рыба треска филе, хлеб-батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2 % жирности, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, томатная паста, яйца куриные (шт.))	70/20	11,8	9,5	15,7	200	0,8
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	1,9	2,8	10,8	94	13,94
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ. ПРОТЁРТОЙ С САХАРОМ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	180			8,7	4	1,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180			14,4	58	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			385	14,8	12,7	42,9	337	15,94
Всего				58,9	50,7	201,3	1517	40,22

Ст, медсестра  КОРОВКИНА В СШеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР С В

Согласовано

Заведующий
МДОУ № 12 "Полянка"
КАСЬЯНОВА Н В/

МЕНЮ

7 мая 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	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	3,2	2,7	12,6	88	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	1,7	0,9	13,9	71	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		3,3		30	0
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	5,3	11,6	35,4	268	0,2
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, говядина б/к)	150/10	4,6	4,2	11,6	102	5,7
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, говяжья печень, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	45/20	14,7	5,8	2,2	139	11
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	5,7	4	25,2	162	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	30	0,4	1,1	2,1	21	0,6
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	160	0,1	0,1	12,9	54	1,4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			540	27,2	15,5	63,9	528	18,7
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	123	3,6	3,2	6,1	69	1,68
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			163	6,6	7,1	35,9	236	1,68
Ужин								
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (рыба треска филе, хлеб-батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2 % жирности, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, томатная паста, яйца куриные (шт.))	60/20	11,2	8,8	14,4	186	0,8
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	1,9	2,8	10,8	94	14
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ. ПРОТЁРТОЙ С САХАРОМ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			6,6	3	0,9
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			345	14,2	12	39,5	322	15,7
Всего				53,3	46,2	174,7	1354	36,28

Ст, медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В