

МЕНЮ
1 июля 2025 г.

Сбор- ная рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,29	20,60	138,60	0,00
2021	212	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ЖИДКАЯ	180	6,15	6,71	22,29	174,77	0,82
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,88	3,15	13,87	100,15	0,68
Итого			405	13,04	15,15	56,76	413,52	1,50
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,53	75,08	1,44
Итого			180	0,87	0,17	17,53	75,08	1,44
Обед								
2012	15	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	65	0,40	2,98	1,61	35,07	4,02
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,41	4,86	18,80	139,18	4,83
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	12,38	15,60	23,68	284,58	11,75
2012	356	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	1,52	1,59	5,04	52,87	0,91
2012	378	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	180	0,16	0,02	15,08	61,42	0,00
2008	641	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			685	20,96	24,98	73,67	605,02	21,57
Уплотненный Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	21,61	16,79	16,91	289,81	0,51
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,85	2,33	7,36	53,97	0,16
2008	641	кондитерские изделия/вафли	20	0,54	0,84	15,00	68,68	0,00
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,08	7,58	30,71	0,02
2008	641	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/слива	90	0,72	0,27	8,54	44,10	8,00
Итого			450	23,82	19,93	58,49	487,27	8,69
Всего				58,89	59,33	203,55	1 590,89	34,00

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красникова С.В./

МЕНЮ

1 июля 2025 г.

Ясли 10,5 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,38	5,00	15,46	113,30	0,00
2008	6н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	30	2,26	0,07	15,42	76,90	0,00
2021	212	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ЖИДКАЯ	150	4,61	4,15	16,42	122,43	0,32
2021	212	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ БМ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	150	3,58	1,80	22,82	121,76	0,00
2012	365	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	3,24	2,07	11,75	64,66	0,07
2011	376н	ЧАЙ С ПОВИДЛОМ ДЖЕМОМ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	160	0,31	0,00	19,62	79,70	0,10
Итого			365	16,13	11,85	43,63	320,39	1,09
II Завтрак								
2012	369	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,78	0,10	15,68	68,74	1,28
Итого			160	0,78	0,10	15,68	68,74	1,28
Обед								
2012	15	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,30	2,05	0,98	32,09	2,45
2008	100	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	100	3,09	2,83	15,39	109,21	4,16
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160	10,09	11,56	17,30	213,61	0,56
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,79	0,80	4,12	26,93	0,55
2012	378	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	150	0,12	0,01	12,27	48,07	0,09
2008	6н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			565	16,29	18,26	56,18	450,48	15,72
Уплотненный Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,01	11,06	13,68	229,60	0,32
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,85	1,55	6,78	44,64	0,10
2008	6н	ПОВИДЛО (ЛЕЧ.ДИЕТ)	30	0,12	0,00	18,21	77,20	0,06
2008	6н	кондитерские изделия ПЕЧЕНЬЕ	10	0,72	0,91	7,06	39,48	0,00
2012	361	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,97	24,15	0,02
2008	6н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ОЛИВЫ	85	0,68	0,25	8,15	41,90	6,49
Итого			385	19,34	14,27	41,67	379,50	6,93
Всего				45,34	44,54	166,16	1 217,11	27,00