

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В.

МЕНЮ

11 июня 2025 г.

Сад 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	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	5,66	7,99	19,55	170,21	0,08
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	180	5,84	5,58	24,20	171,25	0,62
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,66	3,15	13,91	100,32	0,68
Итого			410	15,36	16,72	57,66	441,78	1,38
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Итого			180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Обед								
2012	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,41	2,93	1,26	33,02	2,31
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	180	5,09	5,30	12,37	118,25	14,81
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	3,81	5,17	2,00	69,26	0,21
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	40	1,29	1,59	7,12	47,92	0,01
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	140	3,09	4,45	32,34	181,83	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)	180	0,22	0,05	13,18	54,48	0,00
2008	64	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			710	14,71	19,62	74,87	535,54	17,34
Уплотненный Полдник								
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	70	8,88	8,41	14,83	170,23	0,34
2011	140	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	130/30	3,76	4,67	21,95	144,70	5,38
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,00	28,40	0,02
2008	64	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,64	1,41	24,93	122,71	0,00
2008	64	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	48,98	10,00
Итого			570	16,78	14,89	78,51	513,02	15,74
Всего				51,91	55,60	217,82	1 582,88	34,96

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В.

МЕНЮ

11 июня 2025 г.

Ясли 10,5 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерго- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,28	5,76	16,41	132,44	0,08
2008	6/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	40	2,93	1,33	20,53	104,80	0,00
2008	112	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	150	3,89	3,42	14,38	104,52	0,52
2011	284	ВЕРМИШЕЛЬ БЕЗМОЛОЧНАЯ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	150	3,20	0,38	30,20	137,06	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,25	2,67	11,71	84,66	0,57
2011	376/н	ЧАЙ С ПОВИДЛОМ,ДЖЕМОМ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	180	0,31	0,00	19,62	79,70	0,10
Итого			370	11,42	11,85	42,51	321,82	1,15
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	140	3,94	3,40	5,43	71,97	0,39
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	150	0,97	0,19	19,58	83,42	1,60
Итого			140	3,94	3,40	5,43	71,97	0,39
Обед								
2012	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,24	2,83	0,77	29,58	1,45
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	150	4,03	4,58	11,80	105,30	13,58
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	3,04	5,53	1,07	86,38	0,10
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	2,07	4,30	21,57	103,18	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)	150	0,17	0,04	10,89	44,94	0,00
2008	6/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	10,35	17,38	51,22	424,16	15,14
Уплотненный Полдник								
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	50	5,65	5,10	9,12	113,70	0,34
2011	140	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	110/20	3,36	3,84	20,06	116,06	4,58
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	6,02	24,38	0,02
2008	6/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,18	20,56	101,20	0,00
2008	6/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	80	0,38	0,38	9,83	42,33	8,01
Итого			470	12,45	11,48	64,59	399,67	13,95
Всего				38,16	44,09	163,75	1 217,42	30,83