

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В.

МЕНЮ

29 мая 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	2,28	5,12	15,46	114,44	0,00
2008	б/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	30	2,20	1,00	15,40	78,60	0,00
2008	б/н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	20	0,80	0,04	1,26	7,79	0,80
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,77	7,65	4,94	120,27	0,52
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ЛЕЧ.ДИЕТ)	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,85	23,78	0,02
Итого			365	10,73	12,81	27,51	266,26	1,34
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,77	0,16	15,56	66,24	1,27
Итого			160	0,77	0,16	15,56	66,24	1,27
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	30	0,41	2,89	2,29	38,85	0,80
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	150	2,28	1,91	15,38	96,36	4,47
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	8,40	9,07	6,96	152,65	0,01
2008	324	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	110	1,76	3,52	20,40	130,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,69	22,77	0,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	13,65	17,49	55,84	465,43	5,38
Уплотненный Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	16,66	12,11	18,79	253,83	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0,57	2,19	6,18	46,80	0,10
2012	б/н	ПОВИДЛО (ЛЕЧ.ДИЕТ)	20	0,08	0,00	12,80	51,53	0,04
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,85	23,76	0,02
2008	б/н	кондитерские изделия/печенье	10	0,72	0,91	7,09	39,48	0,00
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	95	0,85	0,19	7,69	40,84	56,99
Итого			385	18,88	15,40	45,60	404,71	57,27
Итого				44,03	45,86	144,51	1 202,64	65,26

МЕНЮ

29 мая 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,29	20,80	138,80	0,00
2008	6/н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,06	1,89	11,65	1,20
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,26	11,52	5,09	165,68	0,52
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,03	28,52	0,02
Итого			405	14,29	16,87	34,81	344,45	1,74
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Итого			180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	50	0,89	2,81	3,81	54,35	1,50
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	180	3,36	3,19	22,89	144,33	5,07
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	11,11	11,41	6,85	184,54	0,01
2008	324	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	130	1,76	3,52	20,40	130,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,97	37,89	0,00
2008	6/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	17,92	21,16	67,42	582,11	6,58
Уплотненный Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	20,17	16,36	21,38	327,23	0,20
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,85	2,38	7,29	64,09	0,16
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,03	28,52	0,02
2008	6/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ ПЕЧЕНЬЕ	20	0,72	0,91	7,06	78,98	0,00
2008	6/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,01
Итого			450	22,74	19,85	50,89	541,8	60,39
Всего				55,82	68,05	170,55	1 543,44	70,15