

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В./

МЕНЮ

30 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	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,27	5,74	16,39	132,16	0,06
2008	б/н	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	30	2,20	1,00	15,40	78,60	0,00
2021	230	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,33	3,56	24,79	152,28	0,52
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	150	3,32	0,38	29,24	133,49	0,00
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	6,04	24,43	0,02
Итого			370	9,68	9,30	47,22	308,87	0,60
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	140	3,94	3,40	5,43	71,96	0,39
Итого			140	3,94	3,40	5,43	71,96	0,39
Обед								
2012	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,23	2,79	0,73	28,98	1,20
2008	76	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	150	4,06	4,63	14,24	115,18	7,03
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	14,14	17,83	12,38	266,95	6,63
2012	398	НАПИТОК ИЗ ЯГОД И ЯБЛОК	150	0,14	0,09	9,94	41,71	0,80
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	19,37	25,44	42,41	477,62	15,66
Уплотненный Полдник								
2012	256	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	3,62	5,50	2,02	72,33	0,21
2012	334	МОРКОВЬ ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110	1,92	3,19	10,27	78,61	2,01
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	6,04	24,43	0,02
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,66	4,49	30,66	185,59	0,16
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	90	0,36	0,36	8,81	42,24	8,99
Итого			470	11,64	13,54	57,80	403,20	11,39
Всего				44,63	51,68	152,86	1 261,65	28,04

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

/Красичкова С.В./

МЕНЮ

30 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	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	5,66	7,93	19,53	169,49	0,08
2021	230	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,99	5,52	26,29	178,65	0,62
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,03	28,52	0,02
Итого			410	11,75	13,45	52,85	376,66	0,72
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	180	5,06	4,37	6,98	92,53	0,50
Итого			180	5,06	4,37	6,98	92,53	0,50
Обед								
2012	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,39	2,90	1,21	32,44	2,00
2008	76	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	5,45	5,41	17,61	141,22	8,82
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	17,78	21,70	16,65	333,47	8,93
2012	398	НАПИТОК ИЗ ЯГОД И ЯБЛОК	180	0,18	0,11	11,59	48,78	1,00
2008	б/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	24,80	30,25	53,46	586,91	20,75
Уплотненный Полдник								
2012	256	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	3,91	6,63	2,50	85,65	0,26
2012	334	МОРКОВЬ ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,84	4,17	15,68	113,11	2,61
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,03	28,52	0,02
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	7,53	6,90	38,71	247,01	0,21
2008	б/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	90	0,36	0,36	8,82	42,32	9,00
Итого			550	14,74	18,06	72,74	516,61	12,10
Всего				56,35	66,13	186,03	1 572,71	34,07