

Утверждаю

заведующий

МКДОУ "Детский сад №20 "Ягодка" ст. Советской

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

23 мая 2025 г.

Ясли 10 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,05	4,22	8,58	74,96	0,56
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар песок, лимон, вода питьевая)	171/5	0,06	0,01	35,60	40,95	1,05
Итого			356	5,33	4,41	58,78	184,83	1,61
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,79	46,95	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,95	9,99
Обед								
2012г - 584с	8д/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая)	150	1,56	2,19	11,80	73,39	3,96
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	111	2,34	4,01	15,75	108,81	7,63
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	11,22	8,13	9,75	157,56	0,09
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничн. обог. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2002г	1113	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	0,44	0,00	50,78	87,30	0,00
Итого			521	19,07	14,71	110,85	535,48	11,68
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 9,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	57	6,44	3,40	25,85	102,79	0,03
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,12	0,12	55,93	71,74	1,19
Итого			207	6,56	3,52	81,78	174,53	1,22
Всего				31,36	23,04	261,20	941,79	24,50

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий
МКДОУ "Детский сад №20 "Ягодка" ст. Советской
(Рожкова О.В.)

МЕНЮ

23 мая 2025 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	189	4,29	3,69	20,35	118,36	0,51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/10/7	0,12	0,01	35,73	41,84	1,14
Итого			416	6,63	3,88	70,68	229,12	1,65
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,79	46,94	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,94	9,99
Обед								
2012г - 584с	8д/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая)	180	1,90	2,02	14,25	82,99	4,76
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, филе птицы, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы)	201/70/13 0	21,41	6,50	21,18	235,66	8,69
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2002г	1113	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	0,52	0,00	60,94	104,64	0,00
Итого			821	28,04	8,96	123,69	553,40	13,45
Полдник								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 9,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	51	3,69	2,11	25,45	92,49	0,03
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	180	0,11	0,11	66,10	81,98	1,08
Итого			231	3,80	2,22	91,55	174,47	1,11
Всего				38,87	15,46	295,71	1 003,93	26,20

повар

Пашко Наталья Михайловна