

Утверждаю

заведующий

МКДОУ "Детский сад №20 "Ягодка" ст. Советской
/Рожкова О.В./

МЕНЮ

2 июня 2025 г.

Ясли 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (яйца куриные (шт.))	45	43,19	4,15	0,00	0,00	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	42	0,00	2,97	2,97	38,58	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	36/10	2,03	8,41	13,13	136,37	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	26	1,92	0,16	12,66	59,72	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	153/7	0,10	0,00	35,61	40,00	0,02
Итого			319	47,24	15,69	64,37	274,67	0,02
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	1,13	3,87	13,51	76,61	5,37
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	54	8,34	3,46	4,89	84,43	0,00
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
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	22	1,63	0,14	10,71	50,54	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничн.обог. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	150	0,12	0,12	66,55	83,38	1,19
Итого			512	15,22	11,82	122,01	454,76	14,19
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	129	2,16	4,33	52,22	158,77	0,37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	18	1,33	0,11	8,76	41,35	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	150	3,77	3,08	42,37	110,29	0,66
Итого			297	7,26	7,52	103,35	310,41	1,03
Всего				70,12	35,43	299,53	1 086,84	25,24

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

2 июня 2025 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (яйца куриные (шт.))	45	43,19	4,15	0,00	0,00	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	51	0,00	3,56	3,56	46,29	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	36/10	1,68	13,33	10,67	169,41	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	26	1,92	0,16	12,66	59,72	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180/10	0,10	0,00	46,23	51,64	0,02
Итого			358	46,89	21,20	73,12	327,06	0,02
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	183/3	1,30	4,35	13,60	84,94	6,46
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	63	9,74	4,31	5,54	100,48	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	132	2,77	4,67	18,62	128,09	9,01
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	26	1,92	0,16	12,66	59,72	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничн. обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,14	0,14	80,12	100,45	1,44
Итого			617	17,86	13,89	143,26	534,87	16,91
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	159/5/5	2,66	5,57	59,56	192,49	0,46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	26	1,92	0,16	12,66	59,72	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	180	4,43	3,68	49,23	128,85	0,79
Итого			375	9,01	9,41	121,45	381,06	1,25
Всего				74,16	44,90	347,63	1 289,99	28,18

повар

Пашко Наталья Михайловна