

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ 6 июня 2025 г. Сад 10 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	189/5/5	5,89	9,50	25,46	212,83	1,90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	28	2,08	0,16	13,63	64,32	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/10/7	0,12	0,01	35,74	41,85	1,13
Итого			424	8,09	9,67	74,83	319,00	3,03
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,81	47,05	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,05	10,01
Обед								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	183	2,47	3,55	12,10	84,48	3,61
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (говяжья печень, хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	63	12,32	12,74	5,03	198,42	8,78
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	135	5,15	4,10	35,29	201,85	0,00
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности)	12	0,22	1,41	0,74	18,73	0,01
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	28	2,08	0,16	13,63	64,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	34	2,25	0,30	14,44	69,46	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник суш., сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	180	0,59	0,24	67,68	89,14	72,22
Итого			635	25,08	22,50	148,91	726,40	84,62
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности)	102	4,29	9,44	29,65	107,63	0,10
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	17	1,18	1,40	9,12	53,87	0,07
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,54	2,85	41,01	102,81	0,57
Итого			299	9,01	13,69	79,78	264,31	0,74
Всего				42,58	46,26	313,33	1 356,76	98,40

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150/5/5	4,63	7,47	20,03	167,38	1,49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	28	2,08	0,16	13,63	64,32	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150/7/4	0,11	0,01	28,62	33,75	0,97
Итого			349	6,82	7,64	62,28	265,45	2,46
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								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,00	2,91	11,05	70,22	3,00
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ (говядина печен., хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	48	8,77	9,16	3,42	141,44	6,27
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	4,17	3,64	28,55	166,23	0,00
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности)	9	0,20	1,26	0,80	16,49	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	28	2,08	0,16	13,63	64,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшенич. обог. микроэлементами)	28	1,88	0,25	12,04	57,92	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	150	0,49	0,20	27,91	43,02	60,00
Итого			533	19,59	17,58	97,40	559,64	69,27
Полдник								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, творог 9,0% жирности, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности)	84	9,43	8,99	30,88	109,65	0,16
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	17	1,18	1,40	9,12	53,87	0,07
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,04	2,42	33,11	85,89	0,47
Итого			251	13,65	12,81	73,11	249,41	0,70
Всего				40,46	38,43	242,59	1 121,50	82,43

повар

Пашко Наталья Михайловна