

МЕНЮ

11 июня 2025 г.

Сад 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	189	4,33	3,72	16,49	117,78	0,76
		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	0,12	0,01	35,74	41,85	1,14
Итого			399	6,67	3,91	66,83	228,55	1,90
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,79	46,93	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,93	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	2,00	14,30	82,95	4,77
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	78	13,76	5,22	6,36	128,01	0,00
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	129	2,98	5,25	22,49	115,69	27,02
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,30	0,31	14,74	70,94	0,00
2012	379	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ (яблоки сушеные, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	183	0,33	0,02	91,38	145,29	0,12
Итого			635	23,49	12,98	163,87	611,80	31,91
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с начинкой сливочной)	61	2,37	18,57	37,94	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	174	3,42	2,74	40,83	100,80	0,54
Итого			235	5,79	21,31	78,77	100,80	0,54
Всего				36,35	38,60	319,26	988,08	44,34

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 июня 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150/5/5	3,42	2,94	13,02	93,00	0,60
		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)	150/7/4	0,11	0,01	28,62	33,73	0,97
Итого			351	5,75	3,13	56,24	195,65	1,57
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								
2012г - 584с	8д/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая)	150	1,55	2,19	11,75	73,14	3,95
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	69	11,71	4,26	5,37	107,20	0,00
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	108	2,49	4,05	18,44	90,58	22,14
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	29	1,92	0,26	12,29	59,15	0,00
2012	379	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ (яблоки сушеные, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	153	0,26	0,01	75,24	118,44	0,10
Итого			534	19,78	10,93	135,26	505,94	26,19
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с начинкой сливочной)	40	1,58	12,36	25,25	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	144	2,90	2,30	32,88	83,27	0,45
Итого			184	4,48	14,66	58,13	83,27	0,45
Всего				30,41	29,12	259,43	831,86	38,21

повар



Пашко Наталья Михайловна