

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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								
		ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	39,27	3,77	0,00	0,00	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	60	0,00	4,22	4,22	54,87	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	39/10	1,92	13,21	12,26	175,66	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180/10	0,10	0,00	45,94	51,32	0,02
Итого			369	43,51	21,38	77,02	350,77	0,02
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
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)	183/3	1,32	4,54	13,56	86,92	6,43
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	72	12,12	4,74	6,31	116,81	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	129	2,74	4,60	18,56	126,82	9,00
		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)	31	2,05	0,27	13,11	63,06	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,14	0,14	80,11	100,41	1,44
Итого			628	20,59	14,47	146,25	562,94	16,87
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	2,54	5,60	58,66	190,15	0,44
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	180	4,21	3,49	48,88	124,92	0,75
Итого			379	8,97	9,27	122,14	383,99	1,19
Всего				73,47	45,52	355,19	1 344,62	28,06

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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								
		ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	39,27	3,77	0,00	0,00	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	50	0,00	3,52	3,52	45,77	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/10	2,34	8,44	15,13	145,85	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	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			330	43,93	15,91	68,86	300,54	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	1,14	4,02	13,55	78,61	5,37
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	63	10,38	3,95	5,37	98,96	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	111	2,32	3,99	15,72	108,28	7,63
		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)	26	1,71	0,23	10,94	52,62	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			525	17,52	12,47	124,30	479,28	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	2,07	4,25	52,07	157,20	0,35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	150	3,58	2,91	42,04	106,63	0,62
Итого			299	7,13	7,28	103,85	309,77	0,97
Всего				68,98	36,06	306,81	1 136,59	25,18

повар



Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная , вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150/5/5	5,76	6,33	33,24	182,95	0,42
		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)	150/7/3	0,07	0,00	24,97	28,83	0,59
Итого			350	8,05	6,51	72,81	280,70	1,01
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ (картофель, крупа рисовая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь)	150/5	1,01	2,18	11,46	71,04	3,67
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (капуста белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (штг.), сметана 15% жирности, соль йодированная)	66/8	9,27	7,31	8,39	125,19	6,69
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	111	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
		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)	26	1,71	0,23	10,94	52,62	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (сок плодово - ягодный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	156	0,01	0,00	73,65	110,36	0,00
Итого			547	20,11	14,96	145,05	601,17	10,36
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	162	3,38	2,71	37,20	96,05	0,54
Итого			202	6,38	6,63	66,96	262,85	0,54
Всего				37,54	29,10	289,02	1 184,72	12,41

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная , вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	189	7,21	6,93	41,57	219,98	0,52
		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	41,81	1,13
Итого			416	9,55	7,12	91,90	330,71	1,65
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ (картофель, крупа рисовая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь)	180	1,21	2,30	14,00	83,56	4,41
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (капуста белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	108	14,93	12,90	18,49	243,92	13,07
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	129	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
		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 ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	31	2,05	0,27	13,11	63,06	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (сок плодово - ягодный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	186	0,01	0,00	88,29	131,33	0,00
Итого			664	27,82	21,65	182,09	808,79	17,48
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	60	4,50	5,88	44,64	250,20	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	183	3,71	2,99	41,32	106,29	0,60
Итого			243	8,21	8,87	85,96	356,49	0,60
Всего				48,58	38,64	364,15	1 535,99	20,23

повар



Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

18 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								
2012г - 801 с	3д/1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ (картофель, морковь, капуста белокочанная, кабачки, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, сметана 15% жирности)	183	3,12	12,88	14,36	199,87	12,93
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	2,37	0,19	15,58	73,51	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,59	0,24	67,77	89,25	72,31
Итого			395	6,08	13,31	97,71	362,63	85,24
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,81	47,07	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,07	10,01
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	180	1,97	2,17	14,59	86,41	4,74
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)	72	14,05	9,49	11,47	188,33	0,08
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	69	1,56	1,94	12,94	52,84	14,90
2012.- 584 с	7д/6	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленое)	69	1,94	2,36	10,52	71,36	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	2,37	0,19	15,58	73,51	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничн.обогащ. микронутриентами)	29	1,93	0,26	12,34	59,38	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	1,31	0,00	75,26	177,43	0,00
Итого			631	25,13	16,41	152,70	709,26	19,72
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	159/5/5	5,61	7,09	34,90	195,92	0,38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	2,37	0,19	15,58	73,51	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	177	0,10	0,00	41,05	45,97	0,02
Итого			378	8,08	7,28	91,53	315,40	0,40
Всего				39,69	37,40	351,75	1 434,36	115,37

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 июня 2025 г.

Ясли 10 часов

Сбор- ные 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								
2012г - 801 с	3д/1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ (картофель, морковь, капуста белокочанная, кабачки, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленное, вода питьевая, сметана 15% жирности)	153	2,61	10,56	11,82	164,76	10,82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	2,37	0,19	15,58	73,51	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,49	0,20	38,54	54,66	60,00
Итого			335	5,47	10,95	65,94	292,93	70,82
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	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	150	1,62	2,19	12,09	75,14	3,96
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленное, соль йодированная)	66	11,59	4,04	9,44	120,90	0,00
2012.- 584 с	7д/6	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленное)	60	1,69	1,78	9,14	59,55	0,00
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	60	1,37	2,03	11,80	51,72	13,23
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	27	2,00	0,16	13,14	62,02	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	24	1,61	0,21	10,30	49,56	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	1,11	0,00	63,50	149,77	0,00
Итого			537	20,99	10,41	129,41	568,66	17,19
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленное)	129	4,83	5,71	30,47	163,33	0,36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	21	1,55	0,13	10,22	48,24	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	150	0,10	0,00	35,61	40,00	0,02
Итого			300	6,48	5,84	76,30	251,57	0,38
Всего				33,34	27,60	281,45	1 160,16	98,39

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

МКДОУ "Детский сад №20 "Ягодка" ст. Советской
/Рожкова О.В./**МЕНЮ**
19 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	212	МАКАРОННИК (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сахар песок, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	162	7,20	5,02	51,30	231,22	0,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	22	1,53	1,80	11,80	69,71	0,09
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой муки высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180/10	0,10	0,00	45,94	51,32	0,02
Итого			404	11,05	7,00	123,64	421,17	0,11
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности)	183	1,45	4,98	6,48	81,16	8,96
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай, морковь, хлеб пшеничн.формовой муки высш.сорт, лук репчатый, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	72	10,04	2,65	4,03	72,65	0,59
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,52	4,56	16,63	117,92	8,01
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой муки высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	31	2,05	0,27	13,11	63,06	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,14	0,14	80,11	100,41	1,44
Итого			616	18,42	12,78	134,96	504,12	19,00
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	4,14	2,72	25,35	95,10	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,96	2,34	35,29	88,96	0,50
Итого			237	7,10	5,06	60,64	184,06	0,53
Всего				39,57	25,84	323,44	1 149,35	20,14

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

19 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	212	МАКАРОННИК (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные)	147	5,96	9,33	35,31	249,63	0,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	22	1,53	1,80	11,80	69,71	0,09
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	153/8	0,10	0,00	35,61	40,00	0,02
Итого			360	9,81	11,31	97,32	428,26	0,11
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай , морковь, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, лук репчатый, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	66	11,15	2,41	3,59	61,64	0,49
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	102	2,14	3,96	14,04	100,74	6,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшенич-ый обог. микро-нутриентами)	26	1,71	0,23	10,94	52,62	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			519	18,65	9,34	111,85	403,81	21,64
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)	60	6,57	3,63	25,17	99,55	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,45	1,94	29,54	74,03	0,42
Итого			210	9,02	5,57	54,71	173,58	0,45
Всего				40,48	27,22	268,08	1 045,65	22,70

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

20 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								
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 пшеничн.формовой мука высш.сорт)	29	2,14	0,17	14,11	66,62	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/10/7	0,12	0,01	35,73	41,81	1,13
Итого			425	8,15	9,68	75,30	321,26	3,03
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоко)	100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
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	2,64	3,81	13,03	91,72	4,05
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ (говяжья печень, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	75	14,07	13,22	5,30	212,73	10,08
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	129	4,63	4,16	31,71	185,63	0,00
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности)	15	0,25	1,59	0,78	21,23	0,01
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	29	2,14	0,17	14,11	66,62	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	31	2,05	0,27	13,11	63,06	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	180	0,59	0,24	67,17	88,46	71,67
Итого			642	26,37	23,46	145,21	729,45	85,81
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)	111	4,31	10,71	30,43	111,01	0,10
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	22	1,53	1,80	11,80	69,71	0,09
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,63	2,93	41,18	104,77	0,58
Итого			313	9,47	15,44	83,41	285,49	0,77
Всего				44,39	48,98	313,70	1 383,12	99,69

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

20 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	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 пшеничн.формовой мука высш.сорт)	29	2,14	0,17	14,11	66,62	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			350	6,88	7,65	62,76	267,75	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	2,12	3,07	11,80	75,50	3,35
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (говяжья печень, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	54	10,06	9,41	3,91	152,29	7,19
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	111	3,77	3,60	25,83	153,16	0,00
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности)	9	0,22	1,40	0,83	18,49	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	29	2,14	0,17	14,11	66,62	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	26	1,71	0,23	10,94	52,62	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			529	20,51	18,08	95,33	561,70	70,54
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)	87	5,43	9,55	30,96	112,16	0,17
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	22	1,53	1,80	11,80	69,71	0,09
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,10	2,47	33,20	86,93	0,48
Итого			259	10,06	13,82	75,96	268,80	0,74
Всего				37,85	39,95	243,85	1 145,25	83,74

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

23 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								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	99	52,05	12,57	1,15	76,28	0,12
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	61	0,00	4,26	4,26	55,44	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	39/10	2,15	8,42	13,88	139,93	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	28	2,04	0,16	13,39	63,18	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,10	0,00	46,50	51,94	0,02
Итого			417	56,34	25,41	79,18	386,77	0,14
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	102	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			102	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2005 2002г	113; 347	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	180	4,53	3,83	9,70	76,66	0,29
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная)	156	21,08	10,22	27,33	296,20	0,91
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота, соль йодированная)	51	0,66	3,78	4,73	56,48	2,83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	28	2,04	0,16	13,39	63,18	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничн.обог. микроэлементами)	28	1,84	0,24	11,77	56,64	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	1,31	0,00	75,26	177,43	0,00
Итого			623	31,46	18,23	142,18	726,59	4,03
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	159	4,78	6,55	31,43	173,46	0,42
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	28	2,04	0,16	13,39	63,18	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ ПОВИДЛО (повидло, сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	0,07	0,00	49,70	88,36	0,04
Итого			367	6,89	6,71	94,52	325,00	0,46
Всего				97,69	51,35	320,08	1 478,36	5,13

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

23 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								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	69/5	43,04	11,15	0,81	68,75	0,08
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	30	0,00	2,14	2,14	27,76	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	39/10	2,15	8,42	13,88	139,93	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	28	2,04	0,16	13,39	63,18	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	153	0,10	0,00	35,61	40,00	0,02
Итого			334	47,33	21,87	65,83	339,62	0,10
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	103	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			103	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2005 2002г	113; 347	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	150	4,50	3,69	7,83	66,63	0,25
2008		БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	63	9,70	3,92	2,29	68,09	0,00
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	111	0,29	4,39	27,04	158,34	0,00
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота, соль йодированная)	30	0,41	2,46	2,89	35,80	1,73
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	22	1,67	0,14	10,95	51,68	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	23	1,53	0,20	9,82	47,25	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	1,10	0,00	62,04	147,12	0,00
Итого			549	19,20	14,80	122,86	574,91	1,98
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,51	6,12	31,25	164,96	0,40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	18	1,36	0,11	8,92	42,12	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ ПОВИДЛО (повидло, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,06	0,00	42,06	74,21	0,03
Итого			318	5,93	6,23	82,23	281,29	0,43
Всего				75,46	43,90	275,12	1 235,82	3,01

повар

Пашко Наталья Михайловна

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

МЕНЮ
 24 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	189	2,86	6,39	36,58	185,83	0,49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт)	29	2,16	0,17	14,20	67,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	183	0,10	0,00	46,94	52,47	0,02
Итого			401	5,12	6,56	97,72	305,30	0,51
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,82	47,09	10,02
Итого			100	0,40	0,40	9,82	47,09	10,02
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)	183	1,33	4,41	14,80	87,49	6,47
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба минтай, хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	66	8,45	5,88	10,33	128,10	0,08
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	129	2,54	3,02	16,82	105,20	7,88
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш. сорт)	29	2,16	0,17	14,20	67,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	29	1,89	0,25	12,11	58,25	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,14	0,14	79,89	100,22	1,44
Итого			616	16,51	13,87	148,15	546,26	15,87
Полдник								
		ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, повидло)	135	12,04	7,14	73,83	359,83	0,06
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,78	2,12	41,15	92,62	0,46
Итого			315	14,82	9,26	114,98	452,45	0,52
Всего				36,85	30,09	370,67	1 351,10	26,92

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

24 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150/5/5	2,35	4,76	30,62	146,34	0,40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт)	29	2,16	0,17	14,20	67,00	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			349	4,61	4,93	80,43	253,34	0,42
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблони)	100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
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)	153	1,12	4,06	12,35	76,52	5,40
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба минтай, хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	57	7,22	5,23	8,76	111,06	0,07
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	111	2,34	2,81	14,63	93,73	6,72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт)	24	1,78	0,15	11,77	55,51	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	24	1,58	0,21	10,10	48,61	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблони, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	150	0,12	0,12	67,73	84,67	1,19
Итого			519	14,16	12,58	125,34	470,10	13,38
Полдник								
		ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, повидло)	72/5	10,32	4,31	35,73	182,25	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,23	1,78	27,88	68,42	0,38
Итого			227	12,55	6,09	63,61	250,67	0,41
Всего				31,72	24,00	279,16	1 021,03	24,19

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

25 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 вышш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	189	4,33	3,72	16,49	117,78	0,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука вышш сорт)	28	2,10	0,17	13,79	65,09	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,12	0,01	35,74	41,87	1,12
Итого			397	6,55	3,90	66,02	224,74	1,88
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,82	47,09	10,02
Итого			100	0,40	0,40	9,82	47,09	10,02
Обед								
2012г - 584с	8д/б	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая)	180	1,88	2,25	14,18	84,69	4,77
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука вышш сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	69	11,25	4,77	6,25	113,43	0,00
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная вышш сорт, сахар песок, соль йодированная)	129	3,00	5,24	23,07	116,70	27,05
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука вышш сорт)	28	2,10	0,17	13,79	65,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	29	1,89	0,25	12,11	58,25	0,00
2012	379	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ (яблоки сушеные, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	0,24	0,01	88,21	133,29	0,09
Итого			615	20,36	12,69	157,61	571,45	31,91
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с начинкой сливочной)	58	2,24	17,61	35,98	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	177	3,52	2,83	40,98	102,55	0,56
Итого			235	5,76	20,44	76,96	102,55	0,56
Всего				33,07	37,43	310,41	945,83	44,37

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

25 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)	28	2,10	0,17	13,79	65,09	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150/7/4	0,12	0,01	29,82	35,11	0,97
Итого			349	5,64	3,12	56,63	193,20	1,57
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Обед								
2012г - 584с	8д/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая)	150	1,54	1,86	11,69	69,99	3,97
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	60	9,52	3,49	4,88	89,38	0,00
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	111	2,55	4,22	20,02	95,28	22,25
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	24	1,78	0,15	11,77	55,51	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	24	1,58	0,21	10,10	48,61	0,00
2012	379	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ (яблоки сушеные, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	0,20	0,01	74,66	112,23	0,07
Итого			519	17,17	9,94	133,12	471,00	26,29
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с начинкой сливочной)	38	1,50	11,76	24,01	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	147	2,93	2,36	34,16	85,45	0,47
Итого			185	4,43	14,12	58,17	85,45	0,47
Всего				27,64	27,58	257,70	796,57	38,31

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

Рожкова О.В./

МЕНЮ

26 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								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	189	6,32	6,00	41,01	203,07	0,36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,59	0,24	67,48	88,87	72,00
Итого			399	9,13	6,42	123,09	360,86	72,36
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	79	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			79	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая, сметана 15% жирности)	180/3	2,54	4,44	12,75	96,86	4,04
2002г	640	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба минтай, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, вода питьевая)	138	8,97	7,89	12,19	132,31	2,09
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	126	2,57	4,61	18,26	125,14	8,96
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	29	1,89	0,25	12,11	58,25	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	1,32	0,00	75,97	178,63	0,00
Итого			686	19,51	17,37	145,88	660,11	15,09
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	102	7,44	7,30	28,18	131,47	0,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	21	1,45	1,71	11,17	66,02	0,08
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,14	0,14	79,89	100,22	1,44
Итого			303	9,03	9,15	119,24	297,71	1,52
Всего				40,67	33,94	392,41	1 358,68	89,47

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

26 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150/5/5	5,00	4,36	33,12	158,13	0,28
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	159	0,52	0,21	59,36	78,17	63,33
Итого			349	7,74	4,75	107,08	305,22	63,61
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	78	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			78	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, вода питьевая, соль йодированная)	150/3	2,01	2,89	11,00	70,69	3,29
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба минтай, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	57	7,85	3,38	5,81	85,16	0,15
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	105	2,17	3,99	15,43	106,55	7,58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	24	1,58	0,21	10,10	48,61	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	1,10	0,00	62,04	147,12	0,00
Итого			514	16,56	10,63	116,55	515,56	11,02
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	81	5,44	5,59	22,45	103,46	0,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	21	1,45	1,71	11,17	66,02	0,08
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,12	0,12	55,93	71,74	1,19
Итого			252	7,01	7,42	89,55	241,22	1,27
Всего				34,31	23,80	317,38	1 102,00	76,40

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

27 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								
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое)	183	3,17	9,16	17,70	174,88	10,65
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничен.формовой мука высш.сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
2012г- 801 с	10д/3	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, лимон, вода питьевая, сахар песок)	180	0,22	0,15	67,58	88,92	2,77
Итого			394	5,68	9,49	100,32	334,80	13,42
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	79	0,32	0,32	7,72	37,04	7,88
Итого			79	0,32	0,32	7,72	37,04	7,88
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	180	4,10	3,15	13,99	100,87	3,30
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничен.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	60	11,63	4,40	10,92	130,43	0,04
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	129	5,37	5,37	26,03	173,81	0,84
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничен.формовой мука высш.сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	28	1,88	0,25	12,05	57,97	0,00
2012	381	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	0,25	0,10	84,60	119,53	29,23
Итого			608	25,52	13,45	162,63	653,61	33,41
Полдник								
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), вода питьевая)	51	5,70	3,11	37,77	157,43	0,00
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок плодово - ягодный)	171	0,00	0,00	12,42	49,64	0,00
Итого			222	5,70	3,11	50,19	207,07	0,00
Всего				37,22	26,37	320,86	1 232,52	54,71

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

27 июня 2025 г.

Ясли 10 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое)	144	2,31	7,09	13,09	131,34	8,36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничен.формовой мука высш сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
2012г-801 с	10д/3	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, лимон, вода питьевая, сахар песок)	171	0,20	0,14	64,57	84,93	2,65
Итого			346	4,80	7,41	92,70	287,27	11,01
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	79	0,32	0,32	7,76	37,22	7,92
Итого			79	0,32	0,32	7,76	37,22	7,92
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	150	3,34	2,50	11,52	82,12	2,76
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничен.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности)	42	7,66	1,83	4,67	66,04	0,03
2012.-584 с	7д/6	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	111	3,08	3,25	16,59	108,12	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничен.формовой мука высш.сорт)	26	1,95	0,16	12,83	60,57	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничен.обог. микроэлементами)	24	1,57	0,21	10,06	48,39	0,00
2012	381	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	0,22	0,09	71,32	100,49	25,46
Итого			503	17,82	8,04	126,99	465,73	28,25
Полдник								
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), вода питьевая)	54	8,06	3,79	38,72	163,64	0,00
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок плодово - ягодный)	142	0,00	0,00	10,34	41,37	0,00
Итого			196	8,06	3,79	49,06	205,01	0,00
Всего				31,00	19,56	276,51	995,23	47,18

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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 ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	39,27	3,77	0,00	0,00	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	59	0,00	4,12	4,12	53,50	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой муки высш.сорт)	39/10	1,99	13,22	12,68	177,64	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой муки высш.сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180/10	0,10	0,00	45,94	51,32	0,02
Итого			369	43,65	21,29	77,78	353,46	0,02
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
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)	183/3	1,32	4,54	13,56	86,92	6,43
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой муки высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	75	13,07	4,95	6,51	123,44	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	129	2,73	4,59	18,54	126,59	9,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой муки высш.сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничн.обог. микроэлементами)	30	2,00	0,27	12,79	61,53	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,14	0,14	80,11	100,41	1,44
Итого			631	21,55	14,67	146,55	569,89	16,87
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	2,48	5,55	58,56	189,06	0,42
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой муки высш.сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2.5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	180	4,11	3,40	48,71	122,97	0,73
Итого			380	8,88	9,13	122,31	383,03	1,15
Всего				74,48	45,49	356,42	1 353,30	28,02

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

30 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								
		ЯЙЦО ВАРЁНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	39,27	3,77	0,00	0,00	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	49	0,00	3,43	3,43	44,59	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	42/10	2,41	8,44	15,59	148,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	153/7	0,11	0,00	35,63	40,11	0,02
Итого			332	44,08	15,82	69,69	303,70	0,02
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								
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)	150	1,13	3,66	12,84	74,04	5,36
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	66	11,24	3,99	5,76	104,47	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	111	2,31	3,68	15,72	105,43	7,63
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	26	1,95	0,16	12,83	60,57	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,64	51,18	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	150	0,12	0,12	67,19	84,09	1,19
Итого			528	18,41	11,83	124,98	479,78	14,18
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	2,02	4,71	48,79	157,43	0,34
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	21	1,55	0,13	10,18	48,03	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	150	3,48	2,84	41,82	104,74	0,61
Итого			300	7,05	7,68	100,79	310,20	0,95
Всего				69,94	35,73	305,25	1 140,63	25,14

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

МКДОУ "Детский сад №26 "Ягодка" ст. Советской
Рожкова О.В./

заведующий

МЕНЮ

1 июля 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	189	7,21	6,93	41,57	219,98	0,52
		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	41,81	1,13
Итого			416	9,55	7,12	91,90	330,71	1,65
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ (картофель, крупа рисовая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь)	180	1,22	2,30	14,00	83,61	4,42
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (капуста белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	108	14,93	12,90	18,49	243,92	13,07
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	129	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
		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)	31	2,05	0,27	13,11	63,06	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (сок плодово - ягодный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	186	0,01	0,00	88,29	131,33	0,00
Итого			664	27,83	21,65	182,09	808,84	17,49
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	60	4,50	5,88	44,64	250,20	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	183	3,71	2,99	41,32	106,29	0,60
Итого			243	8,21	8,87	85,96	356,49	0,60
Всего				48,59	38,64	364,15	1 536,04	20,24

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

1 июля 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150/5/5	5,76	6,33	33,24	182,95	0,42
		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)	150/7/3	0,07	0,00	24,97	28,83	0,59
Итого			350	8,05	6,51	72,81	280,70	1,01
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ (картофель, крупа рисовая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь)	150/5	1,01	2,18	11,49	71,17	3,68
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (капуста белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, соль йодированная)	66/8	9,27	7,31	8,39	125,19	6,69
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	111	6,26	5,08	28,44	184,53	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	26	1,71	0,23	10,94	52,62	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО (сок плодово-ягодный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	156	0,01	0,00	73,65	110,36	0,00
Итого			547	20,11	14,96	145,08	601,30	10,37
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	162	3,38	2,71	37,20	96,05	0,54
Итого			202	6,38	6,63	66,96	262,85	0,54
Всего				37,54	29,10	289,05	1 184,85	12,42

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

2 июля 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								
2012г - 801 с	Зд/1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ (картофель, морковь, капуста белокачанная, кабачки, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, мука пшеничная высш сорт, масло сладко-сливочное несоленное, вода питьевая, сметана 15% жирности)	180	3,08	12,41	14,09	193,38	12,80
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,60	0,24	68,16	89,78	72,73
Итого			390	5,90	12,83	96,85	352,08	85,53
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								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	180	1,97	2,07	14,58	85,46	4,75
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленное, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	69	12,88	9,17	11,12	179,34	0,10
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленное, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	69	1,58	1,92	12,95	53,07	14,95
2012.- 584 с	7д/6	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленное)	69	1,94	2,39	10,50	71,50	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	1,31	0,00	76,38	178,65	0,80
Итого			627	23,89	15,99	152,85	698,13	20,60
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленное)	159/5/5	5,84	7,35	35,64	201,23	0,42
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	183	0,10	0,00	42,05	47,05	0,02
Итого			382	8,16	7,53	92,29	317,20	0,44
Всего				38,35	36,75	351,78	1 414,36	116,56

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

2 июля 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								
2012г - 801 с	3д/1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ (картофель, морковь, капуста белокачанная, кабачки, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленное, вода питьевая, сметана 15% жирности)	150	2,58	10,26	11,70	160,51	10,72
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,49	0,20	38,54	54,66	60,00
Итого			330	5,29	10,64	64,84	284,09	70,72
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	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	150	1,62	2,19	12,12	75,27	3,97
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленное, соль йодированная)	60	10,54	3,80	8,95	112,61	0,00
2012.- 584 с	7д/6	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленное)	60	1,69	1,78	9,14	59,55	0,00
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	60	1,37	2,03	11,81	51,75	13,23
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	1,11	0,00	63,50	149,77	0,40
Итого			530	19,84	10,18	128,29	557,37	17,60
Полдник								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленное)	129	5,05	5,90	30,84	167,52	0,40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	150	0,10	0,00	35,61	40,00	0,02
Итого			299	6,63	6,02	76,19	253,46	0,42
Всего				32,16	27,24	279,12	1 141,92	98,74

повар

Рожкова

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

Рожкова О.В./

МЕНЮ

3 июля 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	212	МАКАРОННИК (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сахар песок, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	162	7,29	4,85	50,51	229,31	0,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	23	1,60	1,89	12,33	72,89	0,09
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180/10	0,10	0,00	46,39	51,85	0,02
Итого			405	11,21	6,92	123,83	422,97	0,11
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	103	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			103	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности)	183	1,45	5,19	6,40	82,88	8,88
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай, морковь, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, лук репчатый, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	72	9,76	2,72	3,91	71,35	0,59
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	117	2,48	4,72	16,19	117,61	7,77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микро-нутриентами)	32	2,11	0,28	13,53	65,09	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,14	0,14	80,40	100,82	1,44
Итого			614	18,16	13,23	135,03	506,67	18,68
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)	48	4,22	2,24	24,28	94,50	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,03	2,40	35,21	90,23	0,51
Итого			228	7,25	4,64	59,49	184,73	0,54
Всего				39,62	25,79	322,55	1 154,37	19,83

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 июля 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	212	МАКАРОННИК (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные)	147	5,96	9,33	35,31	249,63	0,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	23	1,60	1,89	12,33	72,89	0,09
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	153/8	0,10	0,00	35,61	40,00	0,02
Итого			361	9,88	11,40	97,85	431,44	0,11
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	103	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			103	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	150	1,68	2,46	4,56	48,00	13,20
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба минтай, морковь, хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт, лук репчатый, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	63	10,85	2,39	3,59	60,33	0,49
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	102	2,12	3,98	13,71	99,47	6,58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	27	1,76	0,23	11,28	54,25	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			517	18,38	9,34	111,86	402,86	21,46
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)	54	6,60	3,15	25,22	100,08	0,04
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,54	2,02	29,68	75,61	0,43
Итого			204	9,14	5,17	54,90	175,69	0,47
Всего				40,40	26,91	268,81	1 049,99	22,54

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

МКДОУ "Детский сад №26 "Ягодка" ст. Советской
Рожкова О.В./**МЕНЮ**

4 июля 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								
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 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	0,13	0,01	35,74	41,89	1,17
Итого			426	8,24	9,69	75,80	323,64	3,07
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
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	2,60	3,48	12,77	87,45	3,92
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (говяжья печень, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	75	14,09	12,88	5,50	210,66	10,08
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	129	4,63	3,83	31,70	182,61	0,00
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности)	15	0,25	1,59	0,78	21,23	0,01
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	31	2,05	0,27	13,11	63,06	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	180	0,59	0,24	67,17	88,46	71,67
Итого			643	26,43	22,47	145,63	722,39	85,68
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)	108	4,25	10,00	30,32	103,89	0,09
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	22	1,53	1,80	11,80	69,71	0,09
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	171	3,28	2,63	40,60	98,22	0,52
Итого			301	9,06	14,43	82,72	271,82	0,70
Всего				44,13	46,99	313,93	1 364,77	99,43

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

4 июля 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	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 пшеничный 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	33,75	0,97
Итого			351	6,96	7,66	63,25	270,05	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	2,08	3,06	11,54	74,29	3,22
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ (говяжья печень, хлеб пшеничный формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	54	10,06	9,41	3,91	152,29	7,19
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	111	3,77	3,60	25,83	153,16	0,00
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности)	9	0,22	1,40	0,83	18,49	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	26	1,71	0,23	10,94	52,62	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			530	20,55	18,08	95,56	562,79	70,41
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	5,32	9,45	30,77	110,07	0,14
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	22	1,53	1,80	11,80	69,71	0,09
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	141	2,82	2,23	32,73	81,70	0,43
Итого			247	9,67	13,48	75,30	261,48	0,66
Всего				37,58	39,62	243,91	1 141,32	83,53

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 июля 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								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	99	52,07	12,59	1,18	76,68	0,12
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	62	0,00	4,33	4,33	56,35	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	42/10	2,41	8,44	15,59	148,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,10	0,00	46,50	51,94	0,02
Итого			424	56,87	25,54	82,64	403,97	0,14
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	105	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			105	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2005 2002г	113; 347	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	180	4,53	3,83	9,70	76,66	0,29
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная)	156	21,30	10,27	27,32	297,48	0,91
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота, соль йодированная)	51	0,66	3,78	4,73	56,49	2,83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш.сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	28	1,88	0,25	12,05	57,97	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	1,31	0,00	75,26	177,43	0,00
Итого			626	31,97	18,31	144,10	737,03	4,03
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	159	4,83	6,59	31,51	174,26	0,43
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ ПОВИДЛО (повидло, сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	0,07	0,00	49,70	88,36	0,04
Итого			370	7,19	6,77	96,25	333,62	0,47
Всего				99,03	51,62	327,19	1 514,62	5,14

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

7 июля 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								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	72/5	43,37	11,08	0,87	68,42	0,09
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра кабачковая)	31	0,00	2,16	2,16	28,13	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	42/10	2,41	8,44	15,59	148,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	31	2,29	0,18	15,04	71,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	153	0,11	0,00	35,63	40,11	0,02
Итого			344	48,18	21,86	69,29	355,66	0,11
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	105	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			105	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2005 2002г	113; 347	СУП ЛАПША ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	150	4,80	3,13	7,89	61,55	0,24
2008		БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	63	10,06	4,05	2,39	69,62	0,00
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	111	0,29	4,75	27,04	161,64	0,00
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лимонная кислота, соль йодированная)	30	0,41	2,67	2,91	37,92	1,78
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	26	1,95	0,16	12,83	60,57	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	24	1,57	0,21	10,06	48,39	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	1,09	0,00	62,46	147,08	0,00
Итого			554	20,17	14,97	125,58	586,77	2,02
Полдник								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,50	6,50	28,76	164,74	0,41
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	21	1,55	0,13	10,18	48,03	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ ПОВИДЛО (повидло, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,06	0,00	42,07	75,09	0,03
Итого			321	6,11	6,63	81,01	287,86	0,44
Всего				77,46	44,46	280,08	1 270,29	3,07

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

8 июля 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	189	3,02	6,70	37,35	190,64	0,52
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,10	0,00	45,94	51,32	0,02
Итого			399	5,34	6,88	97,89	310,88	0,54
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
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	1,34	4,66	13,60	88,67	6,44
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба минтай, хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	72	9,35	5,76	10,31	130,59	0,10
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	129	2,56	2,80	16,84	103,30	7,88
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	30	2,00	0,27	12,79	61,53	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,14	0,14	80,11	100,41	1,44
Итого			624	17,61	13,81	148,25	553,42	15,86
Полдник								
		ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, повидло)	99/30	7,56	5,71	60,41	293,51	0,05
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,89	2,24	41,24	94,50	0,48
Итого			309	10,45	7,95	101,65	388,01	0,53
Всего				33,80	29,04	357,57	1 299,23	26,91

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 июля 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150/5/5	2,45	4,35	28,77	142,09	0,42
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	153/7	0,11	0,00	35,63	40,11	0,02
Итого			350	4,78	4,53	79,00	251,12	0,44
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,79	46,96	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,96	9,99
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)	153	1,11	3,40	12,89	70,91	5,39
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба минтай, хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	63	8,07	4,84	9,10	112,34	0,08
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	111	2,39	2,31	14,78	90,04	6,77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	25	1,88	0,16	12,39	58,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,64	51,18	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	150	0,12	0,12	67,19	84,09	1,19
Итого			527	15,23	11,05	126,99	467,03	13,43
Полдник								
		ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, повидло)	69/5	7,28	3,43	35,93	176,78	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	2,35	1,87	30,30	73,21	0,40
Итого			224	9,63	5,30	66,23	249,99	0,43
Всего				30,04	21,28	282,01	1 015,10	24,29

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

9 июля 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								
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)	28	2,09	0,16	13,72	64,74	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,12	0,01	35,74	41,82	1,12
Итого			397	6,54	3,89	65,95	224,34	1,88
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	100	0,40	0,40	9,81	47,07	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,07	10,01
Обед								
2012г - 584с	8д/6	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая, морковь, лук репчатый, соль йодированная, вода питьевая)	180	1,89	2,17	14,22	84,18	4,76
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	66	10,61	5,46	6,02	116,12	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	2,99	5,41	22,46	117,22	27,03
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	28	2,09	0,16	13,72	64,74	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	28	1,88	0,25	12,05	57,97	0,00
2012	379	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ (яблоки сушеные, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	0,24	0,01	88,06	133,32	0,09
Итого			611	19,70	13,46	156,53	573,55	31,88
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с начинкой сливочной)	60	2,34	18,36	37,50	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	165	3,03	2,43	40,19	93,66	0,48
Итого			225	5,37	20,79	77,69	93,66	0,48
Всего				32,01	38,54	309,98	938,62	44,25

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

9 июля 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)	28	2,09	0,16	13,72	64,74	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	150/7/4	0,10	0,01	29,24	34,38	0,97
Итого			349	5,61	3,11	55,98	192,12	1,57
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	1,60	2,02	12,09	73,11	3,99
2012	306	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	57	9,00	4,21	4,89	93,84	0,00
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная)	111	2,48	4,57	20,59	97,40	22,14
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,81	0,15	11,95	56,39	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	24	1,57	0,21	10,06	48,39	0,00
2012	379	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ (яблоки сушеные, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	0,20	0,01	74,49	113,17	0,07
Итого			517	16,66	11,17	134,07	482,30	26,20
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с начинкой сливочной)	40	1,56	12,24	25,00	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	138	2,61	2,06	33,05	78,76	0,40
Итого			178	4,17	14,30	58,05	78,76	0,40
Всего				26,84	28,98	257,89	800,13	38,16

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 июля 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								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	189	6,46	6,12	40,89	205,23	0,39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,59	0,24	66,83	88,01	71,30
Итого			399	9,27	6,54	122,32	362,16	71,69
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2.5% жирности)	86	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			86	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая, сметана 15% жирности)	180/3	2,60	4,40	13,06	97,32	4,03
2002г	640	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (рыба минтай, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, вода питьевая)	138	9,07	7,71	12,89	131,60	2,08
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	126	2,60	4,63	18,32	125,68	8,97
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	31	2,06	0,27	13,18	63,41	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	1,32	0,00	75,80	178,48	0,00
Итого			688	19,87	17,19	147,85	665,41	15,08
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9.0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	108	8,06	7,51	28,67	135,28	0,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8.5% жирности)	23	1,58	1,86	12,18	72,02	0,09
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,18	0,18	25,11	103,51	1,80
Итого			311	9,82	9,55	65,96	310,81	1,89
Всего				41,96	34,28	340,33	1 378,38	89,16

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

10 июля 2025 г.

Если 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150/5/5	5,18	4,75	31,28	161,28	0,31
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	159	0,54	0,22	61,35	80,80	65,46
Итого			349	7,94	5,15	107,23	311,00	65,77
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	86	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			86	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
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, соль йодированная)	150/3	2,12	2,41	11,55	68,33	3,38
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба минтай, хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	57	8,04	2,93	5,88	82,24	0,15
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	108	2,21	3,59	15,54	103,52	7,62
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука высш.сорт)	25	1,88	0,16	12,39	58,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	26	1,72	0,23	10,98	52,84	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	1,09	0,00	62,46	147,08	0,00
Итого			519	17,06	9,32	118,80	512,48	11,15
Полдник								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	90	9,56	6,57	23,82	111,37	0,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8/5% ЖИРНОСТИ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	23	1,58	1,86	12,18	72,02	0,09
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,12	0,12	57,54	73,51	1,19
Итого			263	11,26	8,55	93,54	256,90	1,28
Всего				39,26	24,02	323,77	1 120,38	78,70

повар

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

11 июля 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								
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое)	141	2,26	5,46	11,48	110,40	7,40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2012г- 801 с	10д/3	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, лимон, вода питьевая, сахар песок)	180	0,25	0,17	67,90	92,91	3,43
Итого			351	4,73	5,81	93,98	272,23	10,83
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	98	0,39	0,39	9,58	45,95	9,78
Итого			98	0,39	0,39	9,58	45,95	9,78
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	180	3,81	1,99	10,99	77,11	1,71
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое)	72	13,60	3,61	19,16	163,96	0,05
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	129	5,37	5,37	26,03	173,81	0,84
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничн.обог. микроэлементами)	31	2,05	0,27	13,11	63,06	0,00
2012	381	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	180	0,24	0,10	85,26	120,82	28,33
Итого			622	27,29	11,52	169,15	667,68	30,93
Полдник								
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), вода питьевая)	57	13,27	2,73	38,67	147,95	0,00
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок плодово - ягодный)	186	0,00	0,00	13,50	54,00	0,00
Итого			243	13,27	2,73	52,17	201,95	0,00
Всего				45,68	20,45	324,88	1 187,81	51,54

повар

Пашко

Пашко Наталья Михайловна

Утверждаю

заведующий

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

/Рожкова О.В./

МЕНЮ

11 июля 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								
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое)	111	1,69	3,89	8,64	80,82	5,90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш.сорт)	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2012г- 801 с	10д/3	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, лимон, вода питьевая, сахар песок)	171	0,25	0,17	64,35	87,87	3,26
Итого			312	4,16	4,24	87,59	237,61	9,16
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	98	0,39	0,39	9,60	46,06	9,80
Итого			98	0,39	0,39	9,60	46,06	9,80
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	150	3,28	1,87	9,38	67,53	1,39
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (филе птицы, хлеб пшеничный формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности)	42	7,80	1,87	4,66	66,98	0,03
2012.- 584 с	7д/6	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	111	2,92	1,92	15,80	92,43	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш.сорт)	25	1,85	0,16	12,17	57,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	26	1,71	0,23	10,94	52,62	0,00
2012	381	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, крахмал картофельный, аскорбиновая кислота, вода питьевая)	150	0,20	0,08	71,16	101,71	24,00
Итого			504	17,76	6,13	124,11	438,70	25,42
Полдник								
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), вода питьевая)	66	21,83	3,81	39,88	152,53	0,00
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок плодово-ягодный)	155	0,00	0,00	11,25	44,99	0,00
Итого			221	21,83	3,81	51,13	197,52	0,00
Всего				44,14	14,57	272,43	919,89	44,38

повар

Пашко Наталья Михайловна