

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №16"

Кочемасова Н.В./

МЕНЮ**23 июля 2025 г.****Ясли 12 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	171	КАША ДРУЖБА (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,05	5,73	16,25	129,06	0,31
2012	1	БАТОН С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30/5	2,34	5,03	15,07	115,10	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	1,84	1,46	8,42	54,50	0,31
Итого			365	7,23	12,22	39,74	298,66	0,62
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	100	0,48	0,10	9,65	41,09	0,79
Итого			100	0,48	0,10	9,65	41,09	0,79
Обед								
2012	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь)	40	0,59	1,99	2,22	29,47	4,12
2012	76	РАССОЛЬНИК С ПТИЦЕЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории)	150	4,96	5,75	9,84	111,30	4,20
2012	305	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ (кури потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	60	10,54	10,65	6,27	162,93	0,68
2012	165	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,46	3,05	11,10	81,52	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,91	0,39	18,65	89,74	0,00
Итого			550	21,46	21,83	52,92	494,31	9,00
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,21	3,63	6,96	78,31	0,78
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,46	4,98	24,03	158,56	0,08
Итого			200	8,67	8,61	30,99	236,87	0,86
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	15,09	11,58	18,62	241,54	0,14
2012	429	СОУС СЛАДКИЙ (вода питьевая, кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	50	0,00	0,00	5,40	21,62	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,40	0,20	15,81	74,60	0,00
Итого			410	17,59	11,78	44,87	358,31	0,16
Всего				55,43	54,54	178,17	1 429,24	11,43

Заведующая

МДОУ "Де
/К/

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	171	КАША ДРУЖБА (крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	160	3,79	6,15	21,07	155,24	0,36
2012	1	БАТОН С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	40/8	3,14	7,85	20,22	164,44	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,41	1,93	10,52	69,62	0,42
Итого			408	9,34	15,93	51,81	389,30	0,78
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	100	0,48	0,10	9,65	41,09	0,79
Итого			100	0,48	0,10	9,65	41,09	0,79
Обед								
2012	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	50	0,74	2,88	2,74	40,40	5,14
2012	76	РАССОЛЬНИК С ПТИЦЕЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории)	180	6,38	7,43	15,11	153,52	5,25
2012	305	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	70	11,64	12,39	8,55	192,16	0,80
2012	165	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	3,08	3,15	13,93	96,29	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,91	23,60	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный)	50	3,67	0,49	23,51	113,11	0,00
Итого			660	25,51	26,34	69,75	619,08	11,19
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,05	4,36	8,36	94,03	0,93
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	70	5,45	4,99	32,83	198,13	0,10
Итого			250	10,50	9,35	41,19	292,16	1,03
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	160	19,49	13,44	23,64	296,98	0,18
2012	429	СОУС СЛАДКИЙ (вода питьевая, кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	50	0,00	0,00	5,46	21,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,12	0,00	6,16	25,06	0,02
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,24	0,26	21,30	100,50	0,00
Итого			450	22,85	13,70	56,56	444,38	0,20
Всего				68,68	65,42	228,96	1 786,01	13,99