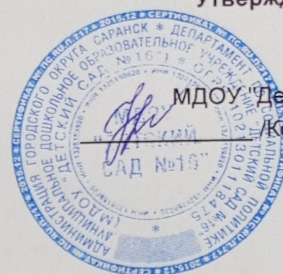


Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №16"

Кочемасова Н.В./



МЕНЮ

8 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

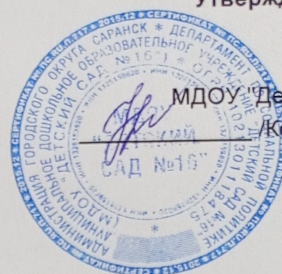
Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	3,55	5,96	13,83	123,27	0,31
2012	1	БАТОН С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30/5	2,43	5,06	15,63	117,98	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,08	1,70	7,79	55,46	0,31
Итого			365	8,06	12,72	37,25	296,71	0,62
II Завтрак								
2012	437	КИСЕЛЬ (вода питьевая, кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	100	0,00	0,00	7,72	30,88	0,00
Итого			100	0,00	0,00	7,72	30,88	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,58	1,12	3,41	25,99	1,60
2012	62	БОРЩ НА К/Б (куры потрош. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	150	5,79	6,00	12,56	128,10	14,18
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ПТИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная)	130	10,63	12,12	13,97	207,54	7,28
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	2,68	0,36	17,19	82,72	0,00
Итого			510	19,68	19,60	51,97	463,70	23,06
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,04	4,36	8,35	93,99	0,93
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт, вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	1,29	1,69	12,81	71,82	0,00
Итого			210	6,33	6,05	21,16	165,81	0,93
Ужин								
2012	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь)	40	0,59	2,20	2,21	31,36	4,12
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	15,47	6,19	4,10	134,13	0,19
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 пшенич. формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			400	18,45	8,58	26,40	257,09	4,33
Всего				52,52	46,95	144,50	1 214,19	28,94

Утверждаю

Заведующая

МДОУ "Детский сад №16"

Кочемасова Н.В./



МЕНЮ

8 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	3,55	5,96	13,83	123,27	0,31
2012	1	БАТОН С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	30/5	2,43	5,06	15,63	117,98	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,08	1,70	7,79	55,46	0,31
Итого			365	8,06	12,72	37,25	296,71	0,62
II Завтрак								
2012	437	КИСЕЛЬ (вода питьевая, кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	100	0,00	0,00	7,72	30,88	0,00
Итого			100	0,00	0,00	7,72	30,88	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,58	1,12	3,41	25,99	1,60
2012	62	БОРЩ НА К/Б (куры потрош. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	150	5,79	6,00	12,56	128,10	14,18
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ПТИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная)	130	10,63	12,12	13,97	207,54	7,28
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	2,68	0,36	17,19	82,72	0,00
Итого			510	19,68	19,60	51,97	463,70	23,06
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,04	4,36	8,35	93,99	0,93
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт, вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	1,29	1,69	12,81	71,82	0,00
Итого			210	6,33	6,05	21,16	165,81	0,93
Ужин								
2012	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь)	40	0,59	2,20	2,21	31,36	4,12
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	15,47	6,19	4,10	134,13	0,19
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 пшенич. формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			400	18,45	8,58	26,40	257,09	4,33
Всего				52,52	46,95	144,50	1 214,19	28,94