

Утверждаю

Заведующий
МДОУ «Детский сад № 115»
_____ /Красникова С. В./

МЕНЮ 11 сентября 2025 г.

Ясли 10,5 часов

Обор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,48	113,30	0,00
2008	6ж	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	20	0,80	0,04	1,26	7,75	0,80
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,77	7,40	4,94	118,85	0,52
2012	385	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	140	3,24	2,67	11,40	83,29	0,57
Итого			365	13,89	15,20	33,06	323,19	1,89
II Завтрак								
2012	390	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,77	0,16	15,38	65,54	1,26
Итого			100	0,77	0,16	15,38	65,54	1,26
Обед								
2012	38	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	30	0,52	2,80	2,75	38,51	1,41
2021	121	УХА С КРУПой	150	3,03	0,95	9,32	58,07	3,00
2012	289	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	8,86	9,52	8,43	153,36	0,10
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,29	5,41	19,26	138,25	8,99
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,53	22,12	0,00
2008	6ж	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	9,12	24,80	0,00
Итого			530	16,50	18,78	50,41	416,11	13,59
Уплотненный Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	110	4,06	2,60	14,72	102,51	0,42
2000	403	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	5,60	4,06	35,21	159,68	0,12
2012	301	ЧАЙ С САХАРОМ	100	0,59	0,00	5,70	23,15	0,02
2008	6ж	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/СЛИЗ	60	0,72	0,27	8,64	44,10	9,00
Итого			435	10,47	7,31	64,27	369,42	9,56
Всего				41,83	41,45	163,33	1 154,26	28,21

Утверждаю

Заведующий
МДОУ «Детский сад № 115»
/Красичкова С.В./

МЕНЮ 11 сентября 2025 г.

Сад 10,5 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,17	20,00	137,48	0,00
2008	6н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,06	1,69	11,64	1,20
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,27	11,60	5,09	166,51	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,65	3,16	13,78	99,60	0,66
Итого			405	18,05	19,98	41,36	415,43	2,40
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Итого			100	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,66	3,01	3,57	44,21	1,30
2021	121	УКА С КРУПНОЙ	180	3,60	2,23	10,32	87,89	3,39
2012	285	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	70	12,50	13,66	9,43	205,22	0,10
2012	321	ПЮРЕ ХАРТОФЕЛЬНОЕ	130	4,05	5,84	21,80	157,34	6,81
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,72	28,88	0,00
2008	6н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ СБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	21,81	24,97	60,24	582,48	15,20
Уплотненный Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	140	6,52	5,58	16,82	152,11	0,52
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	90	7,43	4,50	54,54	288,22	0,20
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,00	28,08	0,02
2008	6н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/СЛИВА	100	0,80	0,30	9,90	49,60	10,00
Итого			510	13,85	10,38	86,88	517,41	10,74
Всего				54,68	55,30	210,11	1 560,40	29,78