

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»
(Красинкова С. В.)**МЕНЮ**
25 июня 2025 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	4,25	5,73	16,47	132,08	0,06
2008	64	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	30	2,20	1,00	15,40	78,60	0,00
2021	227	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	160	4,77	3,49	20,34	132,37	0,62
2021	227	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ Б/М (ЛЕЧ.ДИЕТ)	160	2,88	0,30	23,69	109,53	0,00
2012	388	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,25	2,67	11,80	84,98	0,67
2011	376/1	ЧАЙ С ПОВИДЛОМ ДЖЕМОМ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	180	0,31	0,00	19,62	79,70	0,10
Итого			370	12,27	11,89	48,61	348,43	1,15
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	140	4,06	3,50	6,72	75,60	1,82
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	160	0,97	0,19	18,59	53,42	1,60
Итого			140	4,06	3,50	6,72	75,60	1,82
Обед								
2012	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,25	3,06	0,77	31,60	1,50
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	150	4,00	4,30	11,88	104,04	13,50
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	3,04	5,76	1,07	68,38	0,10
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,10	5,37	17,71	131,92	8,21
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	110	2,15	0,43	17,55	82,91	8,88
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)	150	0,16	0,04	10,84	45,13	0,00
2008	60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,16	20,58	101,20	0,00
Итого			530	13,65	19,77	62,93	482,27	23,39
Уплотненный Полдник								
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60	5,65	5,86	9,10	111,51	0,34
2011	140	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110/20	3,36	4,07	20,06	130,06	4,58
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,81	23,96	0,02
2008	60	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,16	20,58	101,20	0,00
2008	60	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	60	0,36	0,30	8,81	42,25	8,99
Итого			470	12,45	11,44	64,52	409,28	13,93
Всего				42,43	46,69	182,78	1 316,98	40,29

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С. В.

МЕНЮ

25 июня 2025 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	5,66	7,99	19,55	170,21	0,08
2021	227	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	180	5,51	5,57	22,41	162,55	0,62
2012	305	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,86	3,15	13,91	100,32	0,68
Итого			410	15,03	16,71	55,87	433,08	1,38
II Завтрак								
2011	385	МОЛОКО ПАСТЕРИЗОВАННОЕ	180	5,22	4,50	8,64	97,20	2,34
Итого			180	5,22	4,50	8,64	97,20	2,34
Обед								
2012	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	90	0,43	2,03	1,30	33,26	2,57
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ	180	5,12	5,30	12,51	118,91	14,83
2012	266	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	3,61	5,17	2,00	69,26	0,21
2012	353	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	40	0,66	4,08	3,44	52,48	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,77	5,69	21,34	152,10	9,86
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ (ИЗЮМ)	180	0,22	0,05	13,18	54,48	0,00
2008	6н	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ	50	3,75	1,45	25,70	126,50	0,00
Итого			700	17,45	24,67	79,47	606,87	27,47
Уплотненный Полдник								
2012	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	70	8,88	8,41	14,83	170,23	0,34
2011	140	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130/30	3,76	4,67	21,95	144,70	5,38
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,00	28,40	0,02
2008	6н	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ	50	3,64	1,41	24,93	122,71	0,00
2008	6н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	45,98	10,00
Итого			570	16,78	14,89	78,51	513,02	15,74
Всего				54,48	60,77	222,49	1 650,27	46,93