

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С. В.

# МЕНЮ

20 июня 2025 г.

Ясли 10,5 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                     | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                        |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                     | 35     | 2,28              | 5,00    | 15,46            | 113,30                                   | 0,00                  |
| 2008                          | б/н                 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(ЛЕЧ.ДИЕТ)        | 30     | 2,20              | 1,00    | 15,40            | 78,60                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ                | 150    | 5,07              | 3,53    | 20,71            | 135,53                                   | 0,52                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ<br>(ЛЕЧ.ДИЕТ)    | 150    | 2,79              | 4,32    | 21,19            | 134,62                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 307                 | КАКАО С МОЛОКОМ                        | 180    | 3,34              | 2,83    | 11,11            | 84,12                                    | 0,57                  |
| 2011                          | 376/1               | ЧАЙ С ПОВИДЛОМ,ДЖЕМОМ<br>(ЛЕЧ.ДИЕТ)    | 180    | 0,33              | 0,00    | 22,82            | 92,58                                    | 0,11                  |
| Итого                         |                     |                                        | 385    | 10,89             | 11,36   | 47,28            | 332,95                                   | 1,09                  |
| II Завтрак                    |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 401                 | КЕФИР                                  | 140    | 3,94              | 3,40    | 5,43             | 71,99                                    | 0,39                  |
| Итого                         |                     |                                        | 140    | 3,94              | 3,40    | 5,43             | 71,99                                    | 0,39                  |
| Обед                          |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 19                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                | 30     | 0,23              | 2,94    | 0,73             | 30,23                                    | 1,20                  |
| 2012                          | 109                 | БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ЯЙЦОМ И<br>ГРЕНКАМИ   | 150    | 4,42              | 4,07    | 9,55             | 91,35                                    | 0,65                  |
| 2008                          | 309                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                          | 160    | 10,03             | 12,70   | 20,68            | 237,28                                   | 8,88                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ               | 150    | 0,32              | 0,04    | 11,95            | 49,72                                    | 0,08                  |
| 2008                          | б/н                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ          | 40     | 3,00              | 1,15    | 20,56            | 101,20                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                        | 530    | 18,00             | 20,51   | 63,47            | 509,79                                   | 10,79                 |
| Уплотненный Полдник           |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 235                 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С<br>МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 100/30 | 17,07             | 13,96   | 20,43            | 278,35                                   | 0,46                  |
| 2012                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (ЛЕЧ.ДИЕТ)                | 40     | 4,95              | 4,49    | 0,27             | 61,29                                    | 0,00                  |
| 2008                          | б/н                 | ПОВИДЛО (ЛЕЧ.ДИЕТ)                     | 30     | 0,12              | 0,00    | 18,21            | 77,29                                    | 0,06                  |
| 2008                          | 439                 | НАПИТОК ИЗ ЯБЛОЧНОГО СОКА              | 160    | 0,39              | 0,08    | 10,74            | 44,98                                    | 0,64                  |
| 2008                          | б/н                 | КОНДИТЕРСКИЕ<br>ИЗДЕЛИЯ,ПЕЧЕНЬЕ        | 10     | 0,72              | 0,91    | 7,09             | 38,48                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                        | 300    | 18,18             | 14,95   | 38,26            | 362,81                                   | 1,10                  |
| Всего                         |                     |                                        |        | 50,81             | 50,62   | 154,44           | 1 277,54                                 | 13,37                 |

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 115»

Красичкова С.В.

**МЕНЮ**

20 июня 2025 г.

Сад 10,5 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                     |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                  | 45     | 3,03              | 5,17    | 20,60            | 137,48                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 188                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ             | 180    | 5,85              | 5,63    | 23,06            | 167,07                                   | 0,62                  |
| 2012                          | 387                 | КАКАО С МОЛОКОМ                     | 180    | 3,95              | 3,33    | 12,90            | 98,47                                    | 0,68                  |
| Итого                         |                     |                                     | 405    | 12,83             | 14,13   | 56,56            | 403,02                                   | 1,30                  |
| II Завтрак                    |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 401                 | КЕФИР                               | 180    | 5,06              | 4,37    | 6,98             | 92,52                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                     | 180    | 5,06              | 4,37    | 6,98             | 92,52                                    | 0,50                  |
| Обед                          |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 19                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ             | 50     | 0,39              | 3,01    | 1,21             | 33,44                                    | 2,00                  |
| 2012                          | 109                 | БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ   | 180    | 6,96              | 7,06    | 11,61            | 136,19                                   | 0,69                  |
| 2008                          | 309                 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                       | 200    | 12,81             | 16,36   | 27,01            | 306,04                                   | 12,16                 |
| 2012                          | 378                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ            | 180    | 0,37              | 0,05    | 13,46            | 56,06                                    | 0,08                  |
| 2008                          | 6н                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ          | 50     | 3,75              | 1,45    | 25,70            | 126,50                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                     | 660    | 24,08             | 27,93   | 78,99            | 658,23                                   | 14,93                 |
| Уплотненный Полдник           |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 235                 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 120/30 | 23,28             | 17,60   | 25,60            | 357,56                                   | 0,61                  |
| 2008                          | 439                 | НАПИТОК ИЗ ЯБЛОЧНОГО СОКА           | 180    | 0,44              | 0,09    | 13,66            | 56,89                                    | 0,72                  |
| 2008                          | 6н                  | кондитерские изделия ПЕЧЕНЬЕ        | 20     | 1,44              | 1,82    | 14,16            | 78,96                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                     | 350    | 25,16             | 19,51   | 53,44            | 493,43                                   | 1,33                  |
| Всего                         |                     |                                     |        | 67,13             | 65,94   | 195,97           | 1 847,29                                 | 18,96                 |