

Утверждаю

заведующий

МДОУ №39

Смирнова Ирина Сергеевна/



МЕНЮ

12 мая 2025 г.
Сад 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								
1994	262, ТТК	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (пшено, крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	200	6,25	3,20	33,84	189,85	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,18	2,85	21,65	121,35	0,00
1994	627, ТТК	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,08	0,00	11,76	47,34	0,02
Итого			430	8,51	6,05	67,25	358,54	0,56
II Завтрак								
1994	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Итого			180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Обед								
1994	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень))	200	2,34	3,00	16,39	102,48	7,07
1994	273,46 9	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	5,32	4,43	33,99	197,23	0,00
1997	23	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) (сыр российский)	15	3,38	4,30	0,00	53,03	0,04
1997	27	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,21	0,43	20,56	98,92	0,00
1994	588	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	13,94	55,72	0,00
Итого			575	14,25	12,16	84,88	507,38	7,11
Уплотненный полдник								
1994	297, ТТК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0% жирности, молоко пастер. 2,5% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	150	27,03	18,84	26,01	386,89	0,37
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	30	2,10	2,47	16,15	95,45	0,12
1997	26	БАТОН ПРОСТОЙ (батон простой)	35	2,72	0,34	16,68	80,88	0,00
2015	376	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,19	1,15	0,02
Итого			395	31,95	21,65	59,03	564,37	0,51
Всего				55,58	40,03	228,79	1 505,37	9,62

Ирина Сергеевна

Утверждаю

заведующий

МДОУ №39

Смирнова Ирина Сергеевна/

**МЕНЮ**

12 мая 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								
1994	262, ТТК	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (пшено, крупа рисовая, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	5,63	2,89	30,53	171,28	0,49
2008		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	30	2,18	2,85	21,65	121,35	0,00
1994	627, ТТК	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,07	0,00	10,61	42,66	0,02
Итого			390	7,88	5,74	62,79	335,29	0,51
II Завтрак								
1994	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	125	0,61	0,13	12,27	52,22	1,00
Итого			125	0,61	0,13	12,27	52,22	1,00
Обед								
1994	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая, петрушка (зелень))	180	2,11	2,77	14,85	93,28	6,50
1994	273,46 9	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	4,50	3,73	28,75	166,72	0,00
1997	23	СЫР (ПОРЦИОННЫЙ) (сыр российский)	10	2,29	2,91	0,00	35,95	0,03
1997	27	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,57	0,34	16,45	79,13	0,00
1994	588	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
Итого			490	11,47	9,75	71,67	421,52	6,53
Уплотненный полдник								
1994	297, ТТК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0% жирности, молоко пастер. 2,5% жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	130	23,50	16,35	22,60	335,70	0,33
1997	26	БАТОН ПРОСТОЙ (батон простой)	20	1,55	0,19	9,53	46,17	0,00
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	20	1,40	1,65	10,77	63,63	0,08
2015	376	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
Итого			320	26,53	18,19	43,06	446,46	0,43
Всего				46,49	33,81	189,79	1 255,49	8,47

с/с 16