

Утверждаю

заведующий  
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №181"  
/Ольга Александровна Климушина/

# МЕНЮ

17 апреля 2025 г.

Сад 12 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                       |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 415                 | КАША РИСОВАЯ                                               | 180   | 5,10              | 6,34    | 29,16            | 195,06                                   | 0,63                  |
| к/к                           | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                 | 180   | 2,93              | 3,12    | 12,83            | 92,00                                    | 0,52                  |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                         | 30/7  | 2,20              | 6,92    | 15,39            | 133,03                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 397   | 10,23             | 16,38   | 57,38            | 420,09                                   | 1,15                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК                                                        | 102   | 0,51              | 0,10    | 10,30            | 43,87                                    | 2,04                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 102   | 0,51              | 0,10    | 10,30            | 43,87                                    | 2,04                  |
| Обед                          |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 100                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И<br>МЯСОМ КУР | 180   | 6,07              | 6,96    | 17,30            | 156,32                                   | 5,38                  |
| 2012                          | 298                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ КУР                                     | 160   | 11,29             | 14,23   | 17,55            | 244,00                                   | 13,28                 |
| 2012                          | 349                 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ                                    | 30    | 1,09              | 2,05    | 6,03             | 47,49                                    | 1,72                  |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ                                   | 180   | 0,37              | 0,05    | 13,43            | 55,96                                    | 0,08                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                | 46    | 3,04              | 0,40    | 19,48            | 93,75                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 596   | 21,86             | 23,69   | 73,79            | 597,52                                   | 20,46                 |
| Полдник                       |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                    | 150   | 0,08              | 0,00    | 7,93             | 32,49                                    | 0,47                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 29    | 2,17              | 1,51    | 15,34            | 84,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                             | 31    | 7,08              | 9,00    | 0,00             | 111,03                                   | 0,21                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 210   | 9,33              | 10,51   | 23,27            | 227,52                                   | 0,68                  |
| Ужин                          |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 268                 | РЫБА ПО ДОМАШНЕМУ                                          | 150   | 11,05             | 8,66    | 4,34             | 139,99                                   | 0,99                  |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ<br>(КОНСЕРВИРОВАННОЙ)                    | 36    | 0,95              | 0,06    | 2,00             | 12,30                                    | 1,27                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 29    | 2,17              | 1,51    | 15,34            | 84,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                              | 200   | 0,05              | 0,00    | 7,84             | 31,54                                    | 0,01                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 415   | 14,22             | 10,23   | 29,52            | 267,83                                   | 2,27                  |
| Всего                         |                     |                                                            |       | 56,15             | 60,91   | 194,26           | 1 556,83                                 | 26,60                 |

медицинская сестра \_\_\_\_\_

Сорокина Татьяна Владимировна

повар \_\_\_\_\_



Утверждаю

заведующий  
МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №181"  
/Ольга Александровна Климушина/

# МЕНЮ

17 апреля 2025 г.

Ясли 12 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                       |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 415                 | КАША РИСОВАЯ                                               | 150   | 4,19              | 5,60    | 24,70            | 166,79                                   | 0,52                  |
| к/к                           | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                 | 180   | 2,37              | 2,49    | 11,82            | 79,83                                    | 0,42                  |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                         | 30/5  | 2,19              | 5,34    | 15,38            | 118,73                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 365   | 8,75              | 13,43   | 51,90            | 365,35                                   | 0,94                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК                                                        | 102   | 0,51              | 0,10    | 10,32            | 43,92                                    | 2,04                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 102   | 0,51              | 0,10    | 10,32            | 43,92                                    | 2,04                  |
| Обед                          |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 100                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И<br>МЯСОМ КУР | 180   | 4,93              | 5,77    | 16,12            | 136,19                                   | 4,75                  |
| 2012                          | 298                 | ЛЕНИВЫЕ ГОЛУБЦЫ ИЗ КУР                                     | 140   | 10,14             | 12,32   | 17,18            | 220,51                                   | 11,81                 |
| 2012                          | 349                 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ                                    | 20    | 0,95              | 2,16    | 5,10             | 44,01                                    | 1,65                  |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ                                   | 150   | 0,37              | 0,05    | 13,26            | 55,29                                    | 0,08                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                | 37    | 2,44              | 0,32    | 15,59            | 75,03                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 527   | 18,83             | 20,62   | 67,25            | 531,03                                   | 18,29                 |
| Полдник                       |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 431                 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                    | 150   | 0,08              | 0,00    | 7,79             | 31,93                                    | 0,45                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 24    | 1,79              | 1,25    | 12,66            | 69,30                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                             | 20    | 4,72              | 6,01    | 0,00             | 74,10                                    | 0,14                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 194   | 6,59              | 7,26    | 20,45            | 175,33                                   | 0,59                  |
| Ужин                          |                     |                                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 268                 | РЫБА ПО ДОМАШНЕМУ                                          | 140   | 12,48             | 8,44    | 3,71             | 140,97                                   | 0,91                  |
| 2012                          |                     | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ<br>(КОНСЕРВИРОВАННОЙ)                    | 27    | 0,81              | 0,05    | 1,71             | 10,50                                    | 1,08                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                              | 180   | 0,05              | 0,00    | 7,71             | 31,01                                    | 0,01                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 29    | 2,17              | 1,51    | 15,34            | 84,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                            | 376   | 15,51             | 10,00   | 28,47            | 266,48                                   | 2,00                  |
| Всего                         |                     |                                                            |       | 50,19             | 51,41   | 178,39           | 1 382,11                                 | 23,86                 |

медицинская сестра \_\_\_\_\_

Сорокина Татьяна Владимировна

повар \_\_\_\_\_