

Утверждаю

заведующий

МБДОУ "Детский сад комбинированного вида №181"

Ольга Александровна Климушина/

МЕНЮ

24 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ	150	5,40	5,94	26,52	181,86	0,51
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,45	2,59	11,28	78,93	0,41
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,17	5,63	15,19	120,35	0,00
Итого			365	10,02	14,16	52,99	381,14	0,92
II Завтрак								
2008		СОК	104	0,52	0,10	10,50	44,69	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,50	44,69	2,08
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150	4,68	6,37	9,00	114,42	11,05
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	80	1,07	2,83	6,29	54,92	2,95
2008	282	ЕЖИКИ ИЗ КУР	80	9,34	13,26	14,02	212,79	0,30
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	150	0,37	0,05	13,26	55,29	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
Итого			498	17,94	22,84	58,47	513,91	14,38
Полдник								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,09	0,00	7,81	32,09	0,49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	1,50	15,15	82,95	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,80	7,38	0,00	91,00	0,18
Итого			203	8,03	8,88	22,96	206,04	0,67
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	18,33	12,72	2,39	197,30	0,52
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	28	0,81	0,05	1,69	10,38	1,07
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	1,50	15,15	82,95	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	7,72	31,10	0,01
Итого			386	21,34	14,27	26,95	321,73	1,60
Всего				57,85	60,25	171,87	1 467,51	19,65

медицинская сестра _____

Сорокина Татьяна Владимировна

повар _____

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

24 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ	180	6,48	6,74	30,61	209,77	0,61
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,99	3,18	12,31	90,67	0,51
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/7	2,17	7,19	15,21	134,52	0,00
Итого			397	11,64	17,11	58,13	434,96	1,12
II Завтрак								
2008		СОК	104	0,52	0,10	10,53	44,82	2,08
Итого			104	0,52	0,10	10,53	44,82	2,08
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	180	5,50	7,19	9,94	128,94	12,18
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	92	1,34	3,01	7,87	63,85	3,68
2008	282	ЕЖИКИ ИЗ КУР	100	11,22	15,36	14,04	239,17	0,36
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	0,37	0,05	13,42	55,91	0,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,11	0,41	19,92	95,83	0,00
Итого			599	21,54	26,02	65,19	583,70	16,30
Полдник								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	7,00	8,90	0,00	109,83	0,21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	1,50	15,15	82,95	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,09	0,00	7,98	32,79	0,49
Итого			208	9,23	10,40	23,13	225,57	0,70
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170	16,52	12,83	2,89	193,26	0,51
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	35	1,00	0,07	2,10	12,95	1,34
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,00	7,89	31,80	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	1,50	15,15	82,95	0,00
Итого			433	19,72	14,40	28,03	320,96	1,86
Всего				62,65	68,03	185,01	1 610,01	22,06

медицинская сестра _____

Сорокина Татьяна Владимировна

повар _____