

Утверждаю
 МБДОУ Детский сад №4 "Теремок" г. Новопавловска

и о руководителя
 /Швыдко Е. В./

МЕНЮ
 1 апреля 2025 г.
 Ясли 10 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	185	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(крупа рисовая, молоко пастер 2.5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахарный песок, соль пищевая йодированная)</small>	150	2,94	4,04	21,05	133,40	0,12
2012	701	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С <small>(хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)</small>	20	1,47	0,19	9,54	45,47	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ <small>(кофейный напиток, сахарный песок, молоко пастер 2.5% жирности, вода питьевая)</small>	180	2,60	2,18	11,25	76,32	0,19
Итого			350	7,01	6,41	41,84	255,19	0,31
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ <small>(яблоки)</small>	100	0,39	0,39	9,51	45,59	1,60
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	1,60
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ <small>(свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль пищевая йодированная)</small>	150	1,09	3,46	6,02	58,09	2,17
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ <small>(рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло растительное, соль пищевая йодированная)</small>	60	12,24	3,05	7,94	108,79	0,20
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель, молоко пастер 2.5% жирности, масло сливочное, соль, пищевая йодированная)</small>	120	2,39	4,28	17,10	117,34	3,33
2012	701	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С <small>(хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)</small>	15	1,11	0,15	7,16	34,11	0,00
2012	700	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	30	1,92	0,35	12,22	56,92	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок, молоко пастер 2.5% жирности)</small>	150	2,40	2,18	9,11	66,98	0,20
Итого			525	21,15	13,47	59,55	442,23	5,90
Полдник								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(макаронные изделия высш. сорт, масло сливочное, соль пищевая йодированная, вода питьевая)</small>	90	3,84	5,46	26,10	169,91	0,00
2008	379	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ <small>(морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, лимонная кислота, сахарный песок, соль пищевая йодированная, лавровый лист, вода питьевая)</small>	30	0,38	2,96	2,89	36,31	0,54
2012	701	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С <small>(хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)</small>	15	1,11	0,15	7,16	34,11	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер 2.5% жирности)</small>	150	3,93	3,64	6,98	78,57	0,31
Итого			285	9,26	12,21	43,13	318,90	0,85
Всего				37,81	32,48	154,03	1 061,91	8,66

Утверждаю

и.о.руководителя
МБДОУ «Детский сад №4 "Теремок" г. Новопавловска
/Швыдко Е.В./



МЕНЮ
1 апреля 2025 г.
Сад аллергии

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	168	КАША ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ (крупа рисовая, сахарный песок)	200	12,49	1,89	144,77	649,10	0,00
2012	701	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С (хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)	20	1,52	0,20	9,84	46,88	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, сахарный песок, вода питьевая)	180	0,24	0,00	7,06	29,18	0,00
Итого			400	14,25	2,09	161,67	725,16	0,00
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	100	0,39	0,39	9,51	45,59	1,60
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	1,60
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, вода питьевая, соль пищевая йодированная)	200	1,37	4,03	7,90	69,49	2,90
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло растительное, соль пищевая йодированная)	80	16,32	4,10	10,57	145,33	0,26
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, соль пищевая йодированная, вода питьевая)	130	2,40	0,50	20,55	97,10	4,16
2012	701	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С (хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)	20	1,52	0,20	9,84	46,88	0,00
2012	700	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	37	2,44	0,44	15,54	72,37	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок)	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
Итого			647	24,09	9,27	70,29	454,88	7,33
Полдник								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, соль пищевая йодированная, вода питьевая)	100	4,92	0,62	33,63	161,24	0,00
2008	379	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, лимонная кислота, сахарный песок, соль пищевая йодированная, лавровый лист, вода питьевая)	50	0,63	4,93	4,73	60,13	0,91
2012	701	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С (хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)	20	1,52	0,20	9,84	46,88	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок)	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
Итого			350	7,11	5,75	54,09	291,96	0,92
Всего				45,84	17,50	295,56	1 517,59	9,85