

Утверждаю

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

Швыдко Е.В.

## МЕНЮ

22 мая 2025 г.

Ясли 10 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                          | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 185                 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С ОВСЯНЫМИ<br>ХЛОПЬЯМИ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ<br><small>(овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода<br/>питьевая, сахарный песок, масло сливочное, соль пищевая<br/>йодированная)</small> | 150   | 4,34              | 5,26       | 19,56            | 143,65                                             | 0,12                  |
| 2012                          | 701                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С<br><small>(хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)</small>                                                                                                                                                              | 20    | 1,47              | 0,19       | 9,54             | 45,47                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 394                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ<br><small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок, молоко<br/>пастер. 2,5% жирности)</small>                                                                                                                      | 180   | 2,87              | 2,62       | 13,23            | 89,57                                              | 0,23                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 350   | 8,68              | 8,07       | 42,33            | 278,69                                             | 0,35                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br><small>(молоко пастер. 2,5% жирности)</small>                                                                                                                                                                           | 100   | 2,62              | 2,43       | 4,66             | 52,38                                              | 0,21                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 100   | 2,62              | 2,43       | 4,66             | 52,38                                              | 0,21                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 80                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ<br><small>(картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло<br/>растительное, вода питьевая, соль пищевая йодированная)</small>                                                                              | 150   | 1,38              | 1,71       | 12,35            | 68,93                                              | 1,59                  |
| 2012                          | 255                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ<br><small>(рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный формовой из муки 1<br/>сорта, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, соль пищевая<br/>йодированная)</small>                                          | 60    | 7,74              | 3,29       | 5,97             | 86,07                                              | 0,07                  |
| 2008                          | 134                 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ<br>СМЕТАННОМ<br><small>(картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, мука<br/>пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль<br/>пищевая йодированная)</small>                 | 120   | 2,73              | 9,12       | 20,53            | 168,42                                             | 3,63                  |
| 2012                          | 701                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С<br><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<br><small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>                                                                                                                                                                               | 30    | 1,92              | 0,35       | 12,22            | 56,92                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ<br><small>(сухофрукты (смесь), сахарный песок, лимонная кислота, вода<br/>питьевая, аскорбиновая кислота)</small>                                                                                                     | 150   | 0,00              | 0,00       | 7,74             | 30,96                                              | 14,00                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 525   | 14,88             | 14,62      | 65,97            | 445,41                                             | 19,29                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 449                 | ОЛАДЫ<br><small>(мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая,<br/>дрожжи, сахарный песок, соль пищевая йодированная, масло<br/>растительное, масло сливочное)</small>                                                       | 50    | 4,32              | 6,02       | 26,41            | 174,44                                             | 0,00                  |
|                               |                     | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ<br><small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>                                                                                                                                                               | 30    | 1,98              | 2,47       | 16,15            | 95,45                                              | 0,12                  |
| 2012                          | 384                 | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ<br><small>(молоко пастер. 2,5% жирности, сахарный песок, крахмал<br/>картофельный, ванилин, вода питьевая)</small>                                                                                                          | 150   | 2,76              | 2,55       | 18,32            | 106,70                                             | 0,22                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 230   | 9,06              | 11,04      | 60,88            | 376,59                                             | 0,34                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       | 35,24             | 36,16      | 173,84           | 1 153,07                                           | 20,19                 |

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



# МЕНЮ

22 мая 2025 г.

## Сад 10 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                            | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                               |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 185                 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ<br><small>(овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахарный песок, масло сливочное, соль пищевая йодированная)</small> | 200   | 5,80              | 6,99       | 26,08            | 191,53                                             | 0,17                  |
| 2012                          | 701                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С<br><small>(хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)</small>                                                                                                                                                | 20    | 1,52              | 0,20       | 9,84             | 46,88                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 394                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ<br><small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок, молоко пастер. 2,5% жирности)</small>                                                                                                            | 180   | 2,87              | 2,62       | 13,23            | 89,57                                              | 0,23                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               | 400   | 10,19             | 9,81       | 49,15            | 327,98                                             | 0,40                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 400                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br><small>(молоко пастер. 2,5% жирности)</small>                                                                                                                                                             | 100   | 2,62              | 2,43       | 4,66             | 52,38                                              | 0,21                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               | 100   | 2,62              | 2,43       | 4,66             | 52,38                                              | 0,21                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 80                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ<br><small>(картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло растительное, вода питьевая, соль пищевая йодированная)</small>                                                                    | 200   | 1,83              | 2,29       | 16,45            | 91,90                                              | 2,11                  |
| 2012                          | 255                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ<br><small>(рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, соль пищевая йодированная)</small>                                    | 80    | 10,29             | 4,36       | 7,92             | 114,59                                             | 0,09                  |
| 2008                          | 134                 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ<br><small>(картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль пищевая йодированная)</small>             | 150   | 3,28              | 11,10      | 25,26            | 205,57                                             | 4,54                  |
| 2012                          | 701                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С<br><small>(хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)</small>                                                                                                                                                | 20    | 1,52              | 0,20       | 9,84             | 46,88                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 700                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br><small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>                                                                                                                                                                 | 40    | 2,64              | 0,48       | 16,80            | 78,24                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ<br><small>(сухофрукты (смесь), сахарный песок, лимонная кислота, вода питьевая, аскорбиновая кислота)</small>                                                                                           | 180   | 0,00              | 0,00       | 9,29             | 37,15                                              | 20,00                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               | 670   | 19,56             | 18,43      | 85,56            | 574,33                                             | 26,74                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 449                 | ОЛАДЫ<br><small>(мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, дрожжи, сахарный песок, соль пищевая йодированная, масло растительное, масло сливочное)</small>                                                | 70    | 6,03              | 8,38       | 36,96            | 243,79                                             | 0,00                  |
|                               |                     | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ<br><small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>                                                                                                                                                 | 30    | 1,98              | 2,47       | 16,15            | 95,45                                              | 0,12                  |
| 2012                          | 384                 | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ<br><small>(молоко пастер. 2,5% жирности, сахарный песок, крахмал картофельный, ванилин, вода питьевая)</small>                                                                                                | 180   | 3,31              | 3,06       | 21,99            | 128,03                                             | 0,26                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               | 280   | 11,32             | 13,91      | 75,10            | 467,27                                             | 0,38                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                               |       | 43,69             | 44,58      | 214,47           | 1 421,96                                           | 27,73                 |



Утверждаю

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

и.о.руководителя

/Швыдко Е.В./

**МЕНЮ**

22 мая 2025 г.

**Сад аллергии**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                   |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                   |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 185                 | КАША ЖИДКАЯ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ<br>"ГЕРКУЛЕС"<br>(овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахарный песок, соль<br>пищевая йодированная)                                         | 200   | 3,68              | 1,85       | 23,40            | 124,91                                             | 0,00                  |
| 2012                          | 701                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С<br>(хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)                                                                                                                   | 20    | 1,52              | 0,20       | 9,84             | 46,88                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок)                                                                                                             | 180   | 0,04              | 0,00       | 5,89             | 23,71                                              | 0,01                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                   | 400   | 5,24              | 2,05       | 39,13            | 195,50                                             | 0,01                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                   |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 368                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ<br>(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                          | 80                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ<br>(картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло<br>растительное, вода питьевая, соль пищевая йодированная)                                    | 200   | 1,83              | 2,29       | 16,45            | 91,90                                              | 2,11                  |
| 2012                          | 255                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ<br>(рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный формовой из муки 1<br>сорта, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, соль пищевая<br>йодированная) | 80    | 10,29             | 4,36       | 7,92             | 114,59                                             | 0,09                  |
| 2008                          | 134                 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль<br>пищевая йодированная)                                                                | 150   | 3,08              | 9,53       | 25,32            | 190,55                                             | 5,01                  |
| 2012                          | 701                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С<br>(хлеб пшеничный формовой из муки 1 сорта)                                                                                                                   | 20    | 1,52              | 0,20       | 9,84             | 46,88                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 700                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный)                                                                                                                                    | 37    | 2,44              | 0,44       | 15,54            | 72,37                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахарный песок, лимонная кислота, вода<br>питьевая, аскорбиновая кислота)                                                           | 180   | 0,00              | 0,00       | 9,29             | 37,15                                              | 20,00                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                   | 667   | 19,16             | 16,82      | 84,36            | 553,44                                             | 27,21                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                   |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 449                 | ОЛАДЬИ<br>(мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая,<br>дрожжи, сахарный песок, соль пищевая йодированная, масло<br>растительное, масло сливочное)             | 70    | 6,03              | 8,38       | 36,96            | 243,79                                             | 0,00                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок)                                                                                                             | 180   | 0,04              | 0,00       | 5,89             | 23,71                                              | 0,01                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                   | 250   | 6,07              | 8,38       | 42,85            | 267,50                                             | 0,01                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                   |       | 30,86             | 27,64      | 175,85           | 1 062,03                                           | 28,83                 |