

Утверждаю

и.о.руководителя
МБДОУ "Детский сад №4 "Теремок" г. Новопавловска



Швыдко
/Швыдко Е.В./

МЕНЮ
28 марта 2025 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло сливочное, сахарный песок)</small>	150	2,55	2,87	11,42	82,88	0,16
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	6,62	5,24	32,21	204,67	0,35
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, соль пищевая йодированная, сметана 15% жирности)</small>	150/3	1,09	3,46	6,02	58,09	2,17
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ <small>(филе цыпленка бройлера, масло сливочное, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, соль пищевая йодированная)</small>	160	14,83	7,44	26,94	219,43	5,22
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ <small>(сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная)</small>	20	0,28	0,75	1,19	14,85	0,01
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	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок)</small>	150	0,04	0,00	4,92	19,84	0,01
Итого			528	19,27	12,15	58,45	403,24	7,41
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье сахарное мука высш. сорт)</small>	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности)</small>	170	4,45	4,12	7,92	89,05	0,35
Итого			200	6,70	7,06	30,24	214,15	0,35
Всего				32,98	24,84	130,41	867,65	9,71

Утверждаю

и.о.руководителя
МБДОУ "Детский сад №4 "Теремок" г. Новопавловска



МЕНЮ
28 марта 2025 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло сливочное, сахарный песок)</small>	200	3,40	3,83	15,22	110,49	0,21
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			400	7,47	6,20	36,01	232,28	0,40
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>	200/4	1,47	4,61	8,04	77,48	2,90
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ <small>(филе цыпленка бройлера, масло сливочное, картофель, лук репчатый, соль пищевая йодированная, сухари панировочные)</small>	200	18,55	9,22	33,63	273,17	6,53
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ <small>(сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная)</small>	30	0,41	1,13	1,81	22,44	0,01
2012	701	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 С <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 <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	40	2,64	0,48	16,80	78,24	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок)</small>	180	0,04	0,00	5,89	23,71	0,01
Итого			674	24,63	15,64	76,01	521,92	9,45
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье сахарное мука высш. сорт)</small>	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер. 2,5% жирности)</small>	200	5,24	4,85	9,31	104,76	0,42
Итого			250	8,99	9,75	46,51	313,26	0,42
Всего				41,48	31,98	168,04	1 113,05	11,87

Утверждаю

и.о.руководителя

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

/Швыдко Е.В./

МЕНЮ

28 марта 2025 г.

Сад аллергии



Сборник рецептов	№ 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
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (филе цыпленка бройлера, масло сливочное, картофель, лук репчатый, соль пищевая йодированная, сухари панировочные)	200	18,55	9,22	33,63	273,17	6,53
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			637	23,92	13,89	72,80	485,62	9,44
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	50	3,75	4,90	37,20	208,50	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок)	200	0,04	0,00	6,57	26,42	0,01
Итого			250	3,79	4,90	43,77	234,92	0,01
Всего				42,35	21,27	287,75	1 491,29	11,05