

Утверждаю

Заместитель директора-руководитель ЦОД развития ребенка-детский сад 211
МОУ СОШ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС №2, Вектор,,
/Шубникова Е.М./



МЕНЮ

20 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*крупа рисовая, *сахар песок, вода питьевая, *пшениц *молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная)	150	4,67	2,94	24,59	144,05	0,40
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,30	2,33	11,15	75,33	0,39
Итого			332	9,04	11,33	43,09	331,38	0,79
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,38	33,75	2,50
Итого			125	0,63	0,13	12,38	33,75	2,50
Обед								
2012	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (*рыбн. консервы в масле, сардины атлант., *картофель, *морковь, *лук репчатый, *крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное)	150	5,36	3,34	9,66	91,26	3,75
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ (*капуста белоочечная, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *лук репчатый, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *томатная паста)	150	0,43	5,31	14,39	121,02	31,51
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (* свинина б/к, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)	60	11,34	26,49	11,50	119,49	0,27
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,19	0,29	14,01	57,42	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,06	32,24	0,00
Итого			543	22,30	35,43	57,84	431,43	35,53
Упполдник								
2012	234	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С джемом (*мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности, *джем)	150/30	19,57	17,26	46,78	421,16	4,53
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,00	0,00	0,12	0,74	0,01
Итого			350	21,23	17,46	56,73	469,50	4,54
Всего				53,20	64,35	175,04	1 266,06	43,36

Ст. медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заместитель директора-руководитель Центра развития ребенка-детский сад 211
МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС №2, Вектор,,
Шубникова Е.М./



МЕНЮ

20 марта 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная *крупа рисовая, *пшено, вода питьевая, *сахар песок)	180	5,63	3,53	29,44	172,63	0,49
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,47	90,83	0,47
Итого			397	10,87	12,43	57,71	387,36	0,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Итого			125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Обед								
2012	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (*рыбн. консервы в масле, сардины атлант., *картофель, *морковь, *лук репчатый, *крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное)	200	7,19	4,66	13,10	123,47	5,00
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (*свинина б/к, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)	70	13,20	30,86	13,26	138,48	0,31
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ (*капуста белокочанная, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *лук репчатый, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *томатная паста)	200	4,52	7,02	19,13	160,47	42,01
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	31,58	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			690	27,56	42,89	72,13	542,70	47,32
Упполдник								
2012	234	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С джемом (*мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *масло сладко- сливочное несоленое, * сметана 15% жирности, * творог 9,0% жирности, *джем)	150/30	19,57	17,29	46,59	420,59	4,54
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,30	59,62	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
Итого			385	21,64	17,54	59,04	481,07	4,56
Всего				60,70	72,99	201,26	1 464,88	55,34

Ст. медсестра

Перевозчикова Н.А.