



Утверждаю

 Заведующий
 МБДОУ д/с № 45
 /Муслимова Н.В./
МЕНЮ

26 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,29	7,57	15,49	139,38	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,125 / 8,125	0,00	6,70	0,10	60,80	0,00
		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30 / 30	2,30	0,90	15,40	78,60	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,82	1,41	12,16	68,97	0,30
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,875 / 1,875	0,20	0,00	1,00	4,70	0,00
		САХАР ПЕСОК	8,75 / 8,75	0,00	0,00	8,40	33,90	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	58,125 / 58,125	1,60	1,50	2,70	30,50	0,30
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,25 / 93,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	3,27	4,14	18,54	124,75	0,26
		КРУПА ОВСЯНАЯ	15,625 / 15,393	1,80	0,90	8,90	51,00	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,582 / 56,582	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50,625 / 50,625	1,50	1,30	2,30	26,50	0,30
		САХАР ПЕСОК	7,5 / 7,5	0,00	0,00	7,30	29,00	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5 / 2,5	0,00	2,00	0,00	18,10	0,00
				7,38	13,12	46,19	333,10	0,56
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,18	4,23	10,44	88,38	3,28
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,5 / 7,5	0,80	0,10	5,00	24,30	0,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25 / 1,25	0,00	1,00	0,00	9,10	0,00
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт. / 5,03	0,60	0,60	0,00	7,70	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,142 / 24,142	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,875 / 0,875	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		КАРТОФЕЛЬ	42,5 / 25,5	0,50	0,10	4,10	19,00	2,00
		МОРКОВЬ	10 / 7,505	0,10	0,00	0,50	2,50	0,20
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,416	0,10	0,00	0,70	3,40	0,30
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5 / 2,5	0,00	2,40	0,00	21,80	0,00
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114,942 / 114,942	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,25 / 1,25	0,00	0,00	0,10	0,60	0,80
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	26,95	33,41	21,61	494,66	1,50
		КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	195 / 140,448	24,80	25,00	0,00	324,30	1,00
		МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5 / 2,5	0,00	2,00	0,00	18,10	0,00
		МОРКОВЬ	10 / 7,498	0,10	0,00	0,50	2,50	0,20
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,384	0,10	0,00	0,70	3,30	0,30
		КРУПА РИСОВАЯ	28,75 / 28,45	1,90	0,30	20,50	91,90	0,00
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,25 / 6,25	0,00	6,00	0,00	54,50	0,00
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,75 / 1,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,29	0,04	0,90	5,05	3,61
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ			38,75 / 36,091	0,30	0,00	0,90	5,10	3,60
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	62	4,14	0,55	26,49	127,48	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ			62,5 / 62,5	4,10	0,60	26,50	127,50	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,11	0,11	17,14	70,59	1,10
ЯБЛОКИ			31,25 / 27,5	0,10	0,10	2,60	12,50	1,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ			118 / 118	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК			15 / 15	0,00	0,00	14,60	58,10	0,00
				33,67	38,34	76,58	786,16	10,05
Полдник								
2012	483	ВАТРУШКА ТВОРОЖНАЯ	70	9,13	7,74	35,80	249,86	0,12
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ			40 / 40	4,20	0,50	27,20	129,60	0,00
САХАР ПЕСОК			7,5 / 7,5	0,00	0,00	7,30	29,00	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ			2,5 / 2,5	0,00	2,00	0,00	18,10	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)			0,13 шт. / 5,03	0,60	0,60	0,00	7,70	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ			15 / 15	0,40	0,40	0,70	7,90	0,10
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ			21,25 / 21,25	3,70	1,80	0,60	34,80	0,00
ДРОЖЖИ			1,25 / 1,25	0,20	0,00	0,00	1,00	0,00
ВАНИЛИН			0,25 / 0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ			2,5 / 2,5	0,00	2,40	0,00	21,80	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	130	0,13	0,00	8,72	35,36	0,02
САХАР ПЕСОК			8,75 / 8,75	0,00	0,00	8,40	33,90	0,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ			0,625 / 0,625	0,10	0,00	0,30	1,60	0,00
				9,26	7,74	44,52	285,22	10,19
Ужин								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,62	0,13	10,66	50,32	0,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ			21,25 / 21,25	1,60	0,10	10,70	50,30	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	148	0,74	0,15	14,90	63,43	2,95
СОК ЯБЛОЧНЫЙ			147,5 / 147,5	0,70	0,10	14,90	63,40	3,00
				2,36	0,28	25,56	113,75	13,14