

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №156"
_____/Шадрова Е.В./

МЕНЮ
15 мая 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								
2008	190	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ (вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, крупа манная)	150	5,5	7,4	21,5	175	0,7
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	40/8	2,4	6,8	14,8	130	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок, сахар песок)	150	4,1	4,3	12	104	0,7
Итого			348	12	18,5	48,3	409	1,4
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	68	1	0,3	14,4	66	6,8
Итого			68	1	0,3	14,4	66	6,8
Обед								
2012	56	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, соль йодированная, батон простой)	150/10	3,9	4,5	8,7	92	0,6
2008	280	КОТЛЕТА РЫБНАЯ (рыба горбуша потрошенная с головой, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, батон простой)	55	12,6	5,9	5,2	125	0,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	120	3,8	5	25,5	162	12,4
2008	406	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (слива сушеная (чернослив), сахар песок)	150	0,2	0,1	10,8	46	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	39	2,6	0,3	16,5	79	0
Итого			524	23,1	15,8	66,7	504	13,5
Полдник								
2012		ПИРОЖОК С РИСОС И ЯЙЦОМ (сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, молоко пастер. 3,2% жирности)	60	1,9	3	8,2	67	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	155	0,1		6	25	0
Итого			215	2	3	14,2	92	0,1
Ужин								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы)	47	1,4	0,1	2,8	17	1,8
2008	335	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт)	125	4,3	2,9	27,4	153	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	155	0,1		6	24	0
Итого			327	5,8	3	36,2	194	1,8
Всего				43,9	40,6	179,8	1265	23,6

Повар _____