

Утверждаю

Заведующий  
МДОУ "Детский сад № 3 "Солнышко"  
\_\_\_\_\_ /Пашков А.В./

## МЕНЮ

24 июня 2025 г.  
Ясли 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
1996	262 ТТК	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКА (* крупа пшеничная, * соль йодированная, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сахар песок, вода питьевая)	150	4,10	2,20	16,63	102,40	0,43
1996	642 ТТК	* КАКАО С МОЛОКОМ (* сахар песок, * молоко пастер. 2,5% жирности, * какао-порошок, вода питьевая)	180	4,24	3,46	14,12	104,93	0,72
1997	1	*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (* батон нарезной йодированный, **масло сладко-сливочное несоленое)	30/5	2,36	4,44	16,21	115,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,70</b>	<b>10,10</b>	<b>46,96</b>	<b>322,93</b>	<b>1,15</b>
<b>II Завтрак</b>								
1996	645	* КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ СНЕЖОК (* снежок 2,5% жирности)	107	2,77	2,67	11,73	82,13	0,75
<b>Итого</b>			<b>107</b>	<b>2,77</b>	<b>2,67</b>	<b>11,73</b>	<b>82,13</b>	<b>0,75</b>
<b>Обед</b>								
1996	138	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С КУРОЙ (* картофель молодой, * горох лущеный, * морковь, * лук репчатый, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * бройлеры цыплята потр. 1 категории, * петрушка сушеная)	150/20	7,55	5,42	11,27	124,38	3,04
1996	387 553	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, * томатная паста)	60/60	16,28	9,70	8,24	185,84	12,04
1996	463 таб№ 4	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая, вода питьевая, **масло сладко-сливочное несоленое, * соль йодированная)	110	2,65	2,97	28,92	145,68	0,00
1996	таб№ 24	* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы парниковые)	50	0,35	0,05	1,25	7,00	5,00
1996	647 ТТК	* КОМПОТ ИЗ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С (вода питьевая, * сахар песок, * смесь компотная из замороженных ягод, аскорбиновая кислота)	150	0,05	0,09	2,72	12,71	36,10
1996		* ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон нарезной йодированный)	15	1,16	0,41	8,07	41,25	0,00
1996		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (* хлеб дарницкий 1с 0,65)	24	1,60	0,27	10,83	50,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>639</b>	<b>29,64</b>	<b>18,91</b>	<b>71,30</b>	<b>566,89</b>	<b>56,18</b>
<b>Полдник</b>								
1996	665 695 734	* ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (* мука пшеничная высш. сорт, * сахар песок, **масло сладко-сливочное несоленое, * яйца куриные (шт.), * соль йодированная, * дрожжи, * молоко пастер. 2,5% жирности, * творог 5,0% жирности, * ванилин, * масло подсолнечное рафинированное)	50	6,30	3,10	18,26	126,66	0,10
2016	418	* СОК ФРУКТОВЫЙ (* сок "мой")	200	0,00	0,00	23,00	92,00	12,00
1996	таб№ 24	* ЯБЛОКИ (* яблоки)	134	0,54	0,54	13,13	62,98	21,44
<b>Итого</b>			<b>384</b>	<b>6,84</b>	<b>3,64</b>	<b>54,39</b>	<b>281,64</b>	<b>33,54</b>
<b>Всего</b>				<b>49,95</b>	<b>35,32</b>	<b>184,38</b>	<b>1 253,59</b>	<b>91,62</b>