

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад № 171"

\_\_\_\_\_/Преснова О.В./

# МЕНЮ

8 июля 2025 г.

## Ясли

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                            | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                               |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 184                 | КАША МАННАЯ<br>(манка, вода питьевая, молоко паст, соль , сахарный песок, масло сливочное фасов)                              | 150   | 4,41              | 5,72       | 18,03            | 141,46                                        | 0,53                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО НА МОЛОКЕ<br>(какао, сахарный песок, молоко паст, вода питьевая)                                                        | 180   | 3,65              | 3,94       | 11,46            | 97,00                                         | 0,64                  |
| 2012                          | 1                   | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ<br>(масло сливочное фасов, хлеб белый)                                                                | 40/5  | 3,09              | 5,39       | 19,97            | 141,09                                        | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                               | 375   | 11,15             | 15,05      | 49,46            | 379,55                                        | 1,17                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 74                  | РАССОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ<br>(перловка, морковь, картофель, огурцы маринов, куры, вода питьевая, лук , соль , масло растительное)  | 180   | 3,83              | 4,34       | 7,93             | 86,79                                         | 3,37                  |
| 2012                          | 277                 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ<br>(куры, морковь, лук , мука , вода питьевая, соль , масло растительное)                                     | 50    | 10,71             | 10,66      | 3,50             | 152,99                                        | 0,97                  |
| 2008                          | 181                 | ГРЕЧА ОТВАРНАЯ<br>(греча, вода питьевая, соль , масло сливочное фасов)                                                        | 120   | 4,26              | 3,51       | 19,26            | 125,41                                        | 0,00                  |
| 2012                          | 376                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА<br>(изюм, сахарный песок, вода питьевая)                                                                      | 180   | 0,20              | 0,04       | 11,48            | 47,48                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб черный)                                                                                                  | 40    | 2,64              | 0,35       | 16,88            | 81,23                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                               | 570   | 21,64             | 18,90      | 59,05            | 493,90                                        | 4,34                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 469                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ<br>(мука , сахарный песок, яйцо, соль , дрожжи, молоко паст, масло растительное)                             | 50    | 4,87              | 3,40       | 26,47            | 155,86                                        | 0,09                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ СЛАДКИЙ<br>(вода питьевая, сахарный песок, чай )                                                                          | 180   | 0,04              | 0,00       | 5,01             | 20,15                                         | 0,01                  |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки)                                                                                                            | 103   | 0,41              | 0,41       | 10,11            | 48,48                                         | 10,32                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                               | 333   | 5,32              | 3,81       | 41,59            | 224,49                                        | 10,42                 |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 406                 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ<br>(картофель, масло растительное, вода питьевая, лук , морковь, томат паста, соль , масло сливочное фасов) | 185   | 2,16              | 5,22       | 15,84            | 119,63                                        | 8,38                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ СЛАДКИЙ<br>(вода питьевая, сахарный песок, чай )                                                                          | 180   | 0,04              | 0,00       | 5,03             | 20,27                                         | 0,01                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб белый)                                                                                                | 40    | 3,06              | 1,19       | 19,93            | 103,03                                        | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                               | 405   | 5,26              | 6,41       | 40,80            | 242,93                                        | 8,39                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                               |       | 43,37             | 44,17      | 190,90           | 1 340,87                                      | 24,32                 |