

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ "Дюймовочка"

1 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ № 36	180	10,4	11,8	27,4	261	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			407	11,3	18,4	56,8	450	0
II Завтрак								
2010		СНЕЖОК № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2017		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	6	1,8	11,1	84	5,5
		ЁЖИКИ МЯСНЫЕ № 64	80	2,1	4,9	10,9	96	0,7
2010		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 77	130	2,5	3,7	20,6	126	10,4
2010		ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ №5	60	1	1,9	6,4	48	2,8
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ № 95	180	0,1		12,8	52	1
Итого			675	14,1	12,8	78	493	20,4
Уплотненный Полдник								
2010	72	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ) № 72	80	7,7	11,8	15,7	202	0,6
2010	23	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ № 23	150	3,7	6,3	12,5	122	11,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180			7,9	31	0
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			640	13	18,9	72,3	520	16,1
Всего				42,8	53,8	223,1	1578	36,5

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Челнокова Любовь Федеровна



Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ
1 марта 2024 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								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ № 36	150	8,5	9,6	22,6	212	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			367	9,2	16	46,6	375	0
II Завтрак								
2010		СНЕЖОК 2.5% № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2017		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	160	4,9	1,7	9,8	74	4,9
2010	64	ЁЖИКИ МЯСНЫЕ № 64	60	1,3	3,6	6,3	64	0,6
2010		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №77	110	2,1	3,2	17,4	108	8,8
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ № 5	40	0,7	2,3	4	40	1,8
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ № 95	180	0,1		1,2	6	1
Итого			585	10,9	11,2	51,3	360	17,1
Уплотненный Полдник								
2010	72	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИННАЯ) № 72	60	6,9	8,5	14,7	164	0,6
2010	23	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ № 23	120	3,3	6,1	11,4	113	11
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010		ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			585	11,8	15,3	67,6	461	15,6
Всего				36,3	46,2	181,5	1311	32,7

Старшая мед, сестра Ирина Геннадьевна Уткина

Повар Любовь Федоровна Челнокова

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ
4 марта 2024 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №40	180	9,8	10,6	25,8	238	0
2010		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			440	17,8	19	63,8	498	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ № 7	180	3,4	3,7	6,9	76	9,5
2010	59	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 59	80	2,1	5,2	15,4	120	0,4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ № 75	130	4,9	5,5	30,7	191	0
2010		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ №84	30	0,6	1,9	5,3	40	0,6
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ № 91	180	0,2		10,5	43	0
Итого			645	13,6	16,8	85	557	10,5
Уплотненный Полдник								
2010	25	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ № 25	150	3,8	8,5	27,4	202	11
2010		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	2,4	3,9	43	7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,4	0,4	10,3	50	10,6
Итого			540	5,9	11,9	65,5	406	28,6
Всего				38,3	47,9	234,5	1547	43,1

Старшая мед. сестра Уткина Ирина Геннадьевна

Повар Челнокова Любовь Федеровна



МЕНЮ
4 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	40	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ №40	150	8,2	9	21,7	202	0
		ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ №96	180	0,1		7,9	32	0
2008		ПРЯНИКИ	40	2,4	1,9	30	146	0
Итого			410	15,6	15,4	59,9	441	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ №7	160	3,2	3,3	5,6	65	7,7
2010	59	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ №59	60	1,3	3,8	10,3	83	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №75	110	3,2	4,4	20,6	135	0
2010		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ №84	30	0,3	1,3	2,8	25	0,7
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	КОМПЛОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА №91	180	0,1		9	37	0
Итого			575	9,9	13,2	60,9	413	8,7
Уплотненный Полдник								
2010	25	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №25	120	3,1	7,3	21,9	165	8,7
2010		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	1,6	2,8	29	4,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ №96	180	0,1		7,9	32	0
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	115	0,4	0,4	9,8	48	10,1
Итого			480	4,8	9,8	55,9	340	23,6
Всего				31,3	38,6	196,9	1280	36,3

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Челнокова Любовь Федеровна

М Е Н Ю
5 марта 2024 г.

Сад 12 часов



Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна/

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ № 31	180	9,3	10,3	26,2	237	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ № 98	180	9,6	10,1	24,4	229	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
Итого			407	19,7	27	72	623	0
II Завтрак								
2010		КИВИ СВЕЖЕЕ	190	1,2	0,6	11,9	90	121,6
Итого			190	1,2	0,6	11,9	90	121,6
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ № 10	180	5,3	7,2	12,1	136	5
2017		ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ № 78	80	9,9	8,4	9,7	149	0,8
2010		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ № 78	150	3,9	5,6	20,7	150	9
2010	4	ИКРА МОРКОВНАЯ № 4	60	0,9	3,4	5	55	1,7
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА № 113	180	0,3	0,1	15,1	63	41,6
Итого			695	22,7	25,2	78,8	640	58,1
Уплотненный Полдник								
2010		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ № 44	200/35	27,5	20,1	50,3	492	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	35	0,7	0,7	18,7	92	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
Итого			500	32,1	25,7	114,2	825	0
Всего				75,7	78,5	276,9	2178	179,7

Старшая мед. сестра

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар

Челнокова Любовь Федеровна



Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ

5 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ № 31	150	7,6	8,6	22,1	197	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ № 98	180	9,5	10,1	24,2	228	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
Итого			367	17,7	25,1	62,4	556	0
II Завтрак								
2010		КИВИ СВЕЖЕЕ	180	1,2	0,6	11,3	85	115,2
Итого			180	1,2	0,6	11,3	85	115,2
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ № 10	160	5,2	6,4	11,2	123	4,9
2017		ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ № 76	60	8,4	7	7,7	122	0,6
2010		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ № 78	120	3,3	4,9	16,8	126	7,2
2010	4	ИКРА МОРКОВНАЯ № 4	40	0,6	2,6	3,5	41	1,2
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №113	180	0,3	0,1	15,1	63	41,6
Итого			595	19,6	21,4	66,9	543	55,5
Уплотненный Полдник								
2010		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ №44	150/30	22,1	16	42,3	402	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	20	0,4	0,4	10,7	52	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2010		ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
Итого			400	24,1	18,4	76,9	569	0
Всего				62,6	65,5	216,5	1753	170,7

Старшая мед. сестра _____

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____

Челнокова Любовь Федеровна

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

Колцова Ирина Леонидовна

МЕНЮ

6 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ № 35	180	9	10,1	25	229	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №2	13	3	3,8		47	0
Итого			420	12,9	20,6	54,3	465	0
II Завтрак								
2010	103	СНЕЖОК № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И МЯСОМ № 10	180	7,6	5,1	14	134	3,6
2007		МЯСО ОТВАРНОЕ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ ПО - ДОМАШНЕМУ №	150	13,7	14,7	21,9	275	11
2010		ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	0,5	0,1	1,5	8	5,9
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ № 91	180	0,2		10,5	43	0
Итого			615	24,4	20,4	64,1	547	20,6
Уплотненный Полдник								
2010		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 43	130	11,6	13,2	3,4	180	0
2010	108	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ № 108	80	8,4	10,1	62,6	374	0,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		ГРУШИ СВЕЖИЕ	190	0,7	0,5	17,1	78	3,4
Итого			580	20,8	23,8	91	664	3,5
Всего			62,5	68,4	225,4	1791	24	

Старшая мед. сестра

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар

Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

Колпова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ

6 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ № 35	150	7,7	8,6	21,6	196	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8,8	36	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 2	9	2	2,6		32	0
Итого			376	10,4	17,6	46,5	395	0
II Завтрак								
2010	103	СНЕЖОК 2.5% № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И МЯСОМ № 10	160	6,5	4,8	11	114	3,1
2007		МЯСО ОТВАРНОЕ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ ПО - ДОМАШНЕМУ №	130	13,4	13,7	18,8	252	9,2
		ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40	0,3		1	6	4
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА № 91	180	0,1		9	37	0
Итого			545	22,1	18,9	52,4	477	16,3
Уплотненный Полдник								
2010		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 43	120	11,5	13	3,1	177	0
2010	108	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №108	70	7,4	7	53,6	307	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 69	180	0,1		8,8	36	0
		ГРУША СВЕЖАЯ	180	0,6	0,5	16,7	76	8,1
Итого			550	19,6	20,5	82,2	596	8,1
Всего				56,5	60,7	197,1	1583	24,4

Старшая мед, сестра

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар

Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна/**МЕНЮ**
7 марта 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ № 32	180	9,6	10,5	28,8	250	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ № 100	180	9,8	10,5	22,9	228	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			407	20,2	27,6	73,1	635	0
II Завтрак								
2017		КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ № 114	160	0,2	0,2	40,6	158	0,6
Итого			160	0,2	0,2	40,6	158	0,6
Обед								
2010		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ № 9	180	4	4,4	13,9	113	7
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ № 68	70/70	14,3	23,3	7,7	297	1,8
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ № 74	130	7,3	5,1	32,9	207	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ № 95	180	0,1		11,8	48	1
Итого			675	28,1	33,3	82,5	752	9,8
Уплотненный Полдник								
		РЫБА ПО - ПОЛЬСКИ	80	14,2	11,8	4,4	172	0,9
2010		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 77	150	2,6	2,9	21,5	124	10,9
		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ (КОНСЕРВЫ)	60	1,3	0,1	2,6	16	1,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
Итого			500	18,8	15,4	52,5	423	13,5
Всего				67,3	76,5	248,7	1968	23,9

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна



Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
7 марта 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	32	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ № 32	150	8	8,9	23,9	210	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ № 100	180	9,8	10,5	23,8	232	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			367	18,4	25,8	63,8	573	0
II Завтрак								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	120	0,7	0,2	22,1	95	0,8
Итого			120	0,7	0,2	22,1	95	0,8
Обед								
2010		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ № 9	160	3,4	3,6	12,5	97	6,2
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ № 68	60/60	12,4	21	9,6	276	1,4
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ № 74	110	4,6	3,6	20,9	134	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ № 95	180	0,1		11,8	48	1
Итого			605	22,3	28,6	67,4	623	8,6
Уплотненный Полдник								
		РЫБА ПО - ПОЛЬСКИ	60	11,5	9,7	3,6	141	0,8
2010		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 77	110	2,1	2,8	17,1	102	8,6
		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ (КОНСЕРВЫ)	40	0,9	0,1	1,7	11	1,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010		ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8,9	36	0
Итого			415	15,1	13,1	44,7	356	10,5
Всего				56,5	67,7	198	1647	19,9

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано



Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
11 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ № 37	180	7	9,8	13,2	170	0
2010		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			440	15	18,2	51,2	430	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯГОМ № 12	180	3,4	3,7	8,3	82	7,3
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 55	70/70	1,2	5,1	7,2	79	2
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ № 73	130	3,1	6,1	32,8	198	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ № 91	180	0,2		10,5	43	0
Итого			675	10,3	15,4	75	489	9,3
Уплотненный Полдник								
		ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА №120	130	16,1	8,3	15,6	216	11,2
2010		СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	50	1	3	4,6	49	0
2010		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ (консервы)	60	1,3	0,1	2,6	16	1,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,4	0,4	10,3	50	10,6
Итого			570	19,5	12,4	57	442	23,6
Всего				45,8	46,2	203,4	1447	36,8

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна



Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
12 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ № 33	150	7,4	8,6	25,3	210	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ № 100	180	9,8	10,5	22,9	228	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 2	9	2	2,6		32	0
Итого			376	19,8	28,1	64,3	601	0
II Завтрак								
2010		КИВИ СВЕЖЕЕ	180	1,2	0,6	11,3	85	115,2
Итого			180	1,2	0,6	11,3	85	115,2
Обед								
2017		БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ, № 9	160	5,9	6,4	7,5	113	4,6
2017		ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ № 71	60	9,6	10	7,5	152	0,7
	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ № 78	120	7,4	9,9	23,4	214	7,2
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №113	180	0,3	0,1	15,1	63	41,6
Итого			555	25	26,8	66,1	610	54,1
Уплотненный Полдник								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 43	120	11,5	13	3,1	176	0
		ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ (КОНСЕРВЫ)	40	0,8	0,1	1,6	10	1
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ № 104	70	8,4	9,8	46,3	306	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
Итого			410	20,8	22,9	59	524	1
Всего				66,8	78,4	200,7	1820	170,3

Старшая мед. сестра

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар

Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна**МЕНЮ**
12 марта 2024 г.

Сад 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								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ № 33	180	8,7	10,1	29,6	246	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ № 100	180	9,8	10,5	22,9	228	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №2	13	3	3,8		47	0
Итого			420	22,3	31	73,9	678	0
II Завтрак								
2010		КИВИ СВЕЖЕЕ	190	1,2	0,6	11,9	90	121,6
Итого			190	1,2	0,6	11,9	90	121,6
Обед								
2017	9	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, МЯСОМ И (СМЕТАНОЙ) № 9	180	6,4	7,2	9,4	130	6,4
2018		ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ №71	80	11,4	13,1	7,4	185	1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ № 78	150	3,9	5,6	20,7	150	9
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА № 113	180	0,3	0,1	15,1	63	41,6
Итого			635	24,4	26,5	68,8	615	58
Уплотненный Полдник								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №43	130	11,6	13,2	3,4	180	0
		ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ (КОНСЕРВЫ)	60	1,2	0,1	2,4	15	1,6
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ № 104	80	9,3	11,7	51,2	347	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
Итого			450	22,2	25	65	574	1,6
Всего				70,1	83,1	219,6	1957	181,2

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
(Копрова Ирина Леонидовна)МЕНЮ
13 марта 2024 г

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ № 46	200/30	34,8	24,3	45,7	542	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
Итого			457	35,7	30,9	75,1	731	0
II Завтрак								
2010	103	СНЕЖОК № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2010		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ № 8	180	3,5	4,1	9,7	90	4,8
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ № 66	150	13,4	14,4	20,2	264	9,3
2010		СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	60	1,2	6,2	5,3	82	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ № 91	180	0,2		10,5	43	0
Итого			615	20,7	25,2	61,9	566	14,1
Уплотненный Полдник								
2018	75	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	80	10,9	10,7	11,8	182	0,9
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ № 83	150	2,9	5,2	17,3	128	13,7
2010		ОГУ РЦЫ ГРУНТОВЫЕ	60	0,5	0,1	1,5	8	5,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	35	0,7	0,7	18,7	92	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180			7,9	31	0
Итого			505	15	16,7	57,2	441	20,5
Всего				75,8	76,5	210,2	1853	34,6

Старшая мед. сестра

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар

Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

Копрова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ

13 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ № 46	150/30	26,9	19,2	36,4	427	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
Итого			397	27,6	25,6	60,4	590	0
II Завтрак								
2010	103	СНЕЖОК 2.5% № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ № 8	160	4,2	5,7	9,3	106	4,5
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ № 66	140	12,8	13,8	19,4	251	8,9
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	30	0,4	1,7	1,6	24	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА № 90	180	0,1		8	33	0
Итого			545	19,3	21,6	50,9	482	13,4
Уплотненный Полдник								
2018	75	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	60	10,9	11,1	8,1	170	0,8
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ № 83	120	2,6	5,2	14,9	117	12,3
		ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40	0,3		1	6	4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	0,4	0,4	10,7	52	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2010		ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
Итого			440	15,8	18,7	57,5	460	17,1
Всего				67,1	69,6	184,8	1647	30,5

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ

14 марта 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" № 38	180	9	10	30,3	248	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ № 98	180	9,6	10,1	24,4	229	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2010	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 2	13	3	3,8		47	0
Итого			420	22,4	30,5	76,1	681	0
II Завтрак								
2017		КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ № 114	160	0,2	0,2	40,6	158	0,6
Итого			160	0,2	0,2	40,6	158	0,6
Обед								
2017		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ № 15	180	2,9	4,2	16,9	116	3,6
2010	71	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №	80	8,9	13,2	14,7	216	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 82	150	3,9	4,3	15,8	119	32,1
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 90	180	0,1	0,1	10,3	43	1
Итого			635	18,2	22,3	73,9	581	38,7
Уплотненный Полдник								
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ,	130	4,7	4,3	29,8	177	1
2010		ФИЛЕ СЕЛЬДИ	60					0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
2010		ГРУШИ СВЕЖИЕ	190	0,7	0,5	17,1	78	3,4
Итого			590	6,1	5,4	70,9	366	4,4
Всего				46,9	58,4	261,5	1786	41,7

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна



Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

Копрова Ирина Леснидовна/

МЕНЮ

14 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" № 38	150	8,1	8,8	25,6	215	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ № 98	180	9,5	10,1	24,2	228	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 2	9	2	2,6		32	0
Итого			376	20,2	27,9	65,9	606	0
II Завтрак								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	120	0,7	0,2	22,1	95	0,8
Итого			120	0,7	0,2	22,1	95	0,8
Обед								
2017		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА ЮРИННОМ БУЛЬОНЕ №15	160	4,9	4,4	14,8	119	3
2010	71	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ № 71	60	6,3	10,1	7,7	149	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 82	120	3,1	2,5	13	89	26,8
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 90	180	0,1	0,1	11,2	47	1
Итого			555	16,2	17,5	59,3	472	30,8
Уплотненный Полдник								
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ,	120	3,7	4,3	23,1	146	1,2
		ФИЛЕ СЕЛЬДИ	40					0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010	95	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		5,1	20	0
		ГРУША СВЕЖАЯ	180	0,6	0,5	16,7	76	8,1
Итого			545	4,9	5,3	58,3	308	9,3
Всего			42	42	60,9	205,6	1481	40,9

Старшая мед. сестра

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар

Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
21 марта 2024 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ № 32	178	9,7	10,2	30,1	253	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ № 100	176	9,5	10,3	22,3	222	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	38	0,8	0,8	20,5	101	0
2017		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,4	0,1	49	0
Итого			399	20	26,7	73	625	0
II Завтрак								
2017		КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ № 114	153	0,2	0,1	32,7	127	0,5
Итого			153	0,2	0,1	32,7	127	0,5
Обед								
2010		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ № 9	180	4	4,3	13,8	111	6,8
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ № 68	68/70	14,1	21,9	7,8	284	1,8
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ № 74	130	7,1	4,8	31,9	199	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	40	2,1	0,4	14,5	78	0
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ № 95	180	0,1		11,5	47	1
Итого			668	27,4	31,4	79,5	719	9,6
Уплотненный Полдник								
		РЫБА ПО - ПОЛЬСКИ	61	14	11,5	4,3	168	0,9
2010		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 77	148	2,6	2,7	21,1	121	10,7
		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ (КОНСЕРВЫ)	57	1,3	0,1	2,5	16	1,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	29	0,6	0,6	15,3	76	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,7	31	0
Итого			475	18,6	14,9	50,9	412	13,2
Всего				66,2	73,1	236,1	1883	23,3

Старшая мед. сестра Уткина Ирина Геннадьевна

Повар Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Колпрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
27 марта 2024 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ № 46	150/30	26,9	19,3	36,4	427	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
Итого			397	27,6	25,7	60,4	590	0
II Завтрак								
2010	103	СНЕЖОК 2.5% № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ № 8/	160	4,2	5,7	9,3	106	4,5
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ № 66	140	12,8	13,8	19,4	252	8,9
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	30	0,4	1,7	1,6	24	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА № 90	180	0,1		8	33	0
Итого			545	19,3	21,6	50,9	483	13,4
Уплотненный Полдник								
2018	75	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	60	11	11,1	8,1	170	0,8
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ № 83	120	2,6	5,2	14,9	117	12,3
		ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40	0,3		1	6	4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	0,4	0,4	10,7	52	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2010		ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
Итого			440	15,9	18,7	57,5	460	17,1
Всего				67,2	69,7	184,8	1648	30,5

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано



Заведующий
МДОУ 25 "Доймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
25 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	57	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ №37	150	5,7	7,9	11,1	140	0
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8,8	36	0
2008		ПРЯНИКИ	40	2,4	1,9	30	146	0
Итого			410	13,1	14,3	50,2	383	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ № 12	160	4	3,9	7,7	83	6,6
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 55	60/60	0,8	3	4,9	50	1
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ № 73	110	2,4	3,6	25,6	144	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА № 91	180	0,1		9	37	0
Итого			605	9,1	10,9	59,8	382	7,6
Уплотненный Полдник								
		ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА	120	15,1	8	12,2	196	10,6
2010		СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	30	0,5	1,9	1,7	27	0
		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ (консервы)	40	0,9	0,1	1,7	11	1,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЮДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	65	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8,8	36	0
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	115	0,4	0,4	9,9	48	10,1
Итого			510	17,5	10,9	47,7	384	21,8
Всего				40,7	36,3	177,9	1235	33,4

Старшая мед. сестра _____

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____

Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
25 марта 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ № 37	180	7	9,8	13,2	170	0
2010		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ПРЯНИКИ	40	2,3	1,8	29,1	142	0
Итого			440	14,3	16,1	50,5	405	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	12	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ № 12	180	3,4	3,7	8,3	82	7,3
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 55	70/70	1,2	5,1	7,2	79	2
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ № 73	130	3,1	6,1	32,8	198	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ № 91	180	0,2		10,5	43	0
Итого			675	10,3	15,4	75	489	9,3
Уплотненный Полдник								
		ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА №120	130	16,2	8,3	15,6	217	11,2
2010		СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	50	1	3	4,6	49	0
2010		КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ (консервы)	60	1,3	0,1	2,6	16	1,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №2	9	2	2,6		32	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,4	0,4	10,3	50	10,6
Итого			579	21,6	15	57	475	23,5
Всего				47,2	46,7	202,7	1455	36,8

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна/МЕНЮ
26 марта 2024 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								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ № 33	152	7,6	8,6	25,8	213	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ № 100	181	9,8	10,5	22,9	229	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	29	0,6	0,6	15,3	75	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,7	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 2	8	1,9	2,4		30	0
Итого			377	19,9	27,8	64,1	599	0
II Завтрак								
2010		КИВИ СВЕЖЕЕ	58	0,4	0,2	3,7	28	37,6
Итого			58	0,4	0,2	3,7	28	37,6
Обед								
2017		БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ, № 9	160	5,8	6	7,9	111	4,6
2017		ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ № 71	43	9,9	9,9	8,3	155	0,7
	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ № 78	120	7,4	9,8	23,4	213	7,1
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,3	12,4	67	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №113	180	0,3	0,1	15,3	64	43,9
Итого			538	25,2	26,1	67,3	610	56,3
Уплотненный Полдник								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 43	120	11,5	12,9	3,1	176	0
		ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ (КОНСЕРВЫ)	38	0,8	0,1	1,6	10	1
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ № 104	70	8,1	9,6	46,5	304	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
Итого			408	20,5	22,6	59,1	522	1
Всего				66	76,7	194,2	1759	94,9

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна/**МЕНЮ**
26 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	33	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ № 33	182	8,8	10	30,2	249	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ № 100	181	9,8	10,5	22,9	229	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	38	0,8	0,8	20,4	100	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,7	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 2	12	2,8	3,5		43	0
Итого			420	22,2	30,5	73,6	673	0
II Завтрак								
2010		КИВИ СВЕЖЕЕ	61	0,4	0,2	3,9	29	39,7
Итого			61	0,4	0,2	3,9	29	39,7
Обед								
2017	9	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ, МЯСОМ И (СМЕТАНОЙ) № 9	180	6,3	6,8	9,7	127	6,3
2018		ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ № 71	57	11,7	13	8	187	1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ № 78	149	3,9	5,5	20,6	149	8,9
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,3	0,4	16	86	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА № 113	180	0,3	0,1	15,3	64	43,9
Итого			611	24,5	25,8	69,6	613	60,1
Уплотненный Полдник								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 43	130	11,6	13,1	3,4	180	0
		ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ (КОНСЕРВЫ)	58	1,2	0,1	2,4	15	1,5
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ № 104	80	9,3	11,5	51,5	345	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
Итого			448	22,2	24,7	65,2	572	1,5
Всего				69,3	81,2	212,3	1887	101,3

Старшая мед, сестра

Уткина Ирина Геннадьевна

Повар

Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ

28 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" № 38	177	8,9	9,6	30,2	246	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ № 98	176	9,3	9,9	24	225	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	38	0,8	0,8	20,1	99	0
2010	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,4	0,1	49	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 2	11	2,5	3,2		39	0
Итого			409	21,5	28,9	74,4	658	0
II Завтрак								
2017		КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ № 114	152	0,2	0,1	32,5	127	0,4
Итого			152	0,2	0,1	32,5	127	0,4
Обед								
2017		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ № 15	180	3	4	16,9	115	3,7
2010	71	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №	79	8,8	13	14	212	0
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 82	149	3,8	4,1	15,7	116	31,9
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	46	2,4	0,5	16,4	89	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 90	180	0,1	0,1	10,5	44	1,1
Итого			634	18,1	21,7	73,5	576	36,7
Уплотненный Полдник								
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ,	128	4,6	4,1	29,2	172	1
2010		ФИЛЕ СЕЛЬДИ	30					0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	28	0,6	0,6	15,1	74	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
2010		ГРУШИ СВЕЖИЕ	169	0,8	0,5	15,2	70	3
Итого			535	8,9	5,2	67,6	348	4
Всего				45,7	55,9	247,9	1709	41,1

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"

Копрова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ

29 марта 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ БЯЗКАЯ № 36	180	10,4	11,8	27,4	261	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			407	11,3	18,4	56,8	450	0
II Завтрак								
2010		СНЕЖОК № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2017		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ,	180	6	1,8	11,1	84	5,5
		ЁЖИКИ МЯСНЫЕ № 64	80	2,1	4,9	10,9	96	0,7
2010		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 77	130	2,5	3,7	20,6	126	10,4
2010		ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ №5	60	1	1,9	6,4	48	2,8
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ № 95	180	0,1		12,8	52	1
Итого			675	14,1	12,8	78	493	20,4
Уплотненный Полдник								
2010	72	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ) № 72	80	7,7	11,8	15,7	202	0,6
2010	23	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ № 23	150	3,7	6,3	12,5	122	11,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180			7,9	31	0
2010		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,5	0,5	12,9	62	13,2
Итого			590	12,5	19,2	65	496	25,3
Всего			42,3	54,1	215,8	1554	45,7	

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
29 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ № 36	150	8,5	9,6	22,6	212	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			367	9,2	16	46,6	375	0
II Завтрак								
2010		СНЕЖОК 2.5% № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2017		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ,	160	4,9	1,7	9,8	74	4,9
2010	64	ЁЖИКИ МЯСНЫЕ № 64	60	1,3	3,6	6,3	64	0,6
2010		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №77	110	2,1	3,2	17,4	108	8,8
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ № 5	40	0,7	2,3	4	40	1,8
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ № 95	180	0,1		1,2	6	1
Итого			585	10,9	11,2	51,3	360	17,1
Уплотненный Полдник								
2010	72	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ) № 72	60	6,9	8,5	14,7	164	0,6
2010	23	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ № 23	120	3,3	6,1	11,4	113	11
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010		ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		КИВИ СВЕЖЕЕ	150	1	0,5	9,4	71	96
Итого			535	11,8	15,6	56,8	446	107,6
Всего				36,3	46,5	170,7	1296	124,7

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна


Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна/


МЕНЮ Детский сад №25 "Дюймовочка"
15 марта 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ № 36	180	10,4	11,8	27,4	261	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			407	11,3	18,4	56,8	450	0
II Завтрак								
2010		СНЕЖОК № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2017		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	6	1,8	11,1	84	5,5
		БЖИКИ МЯСНЫЕ № 64	80	2	4,9	10,9	96	0,7
2010		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 77	130	2,5	3,7	20,6	126	10,4
2010		ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ №5	60	1	1,9	6,4	48	2,8
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ № 95	180	0,1		12,8	52	1
Итого			675	14	12,8	78	493	20,4
Уплотненный Полдник								
2010	72	ТЕФЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ) № 72	80	7,7	11,8	15,7	202	0,6
2010	23	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ № 23	150	3,7	6,3	12,5	122	11,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180			7,9	31	0
		БЛИНЧИКИ	80	7,4	11,9	32,3	265	0
Итого			490	18,8	30	68,4	621	12,1
Всего			48,5	64,9	219,2	1679	32,5	

Старшая мед. сестра  Уткина Ирина ГеннадьевнаПовар  Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина ЛеонидовнаМЕНЮ
15 марта 2024 г. № 26
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ № 36	150	8,5	9,8	22,6	212	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
Итого			367	9,2	16	46,6	375	0
II Завтрак								
2010		СНЕЖОК 2.5% № 103	150	4,4	3,7	16	115	0
Итого			150	4,4	3,7	16	115	0
Обед								
2017		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ,	160	4,9	1,7	9,8	74	4,9
2010	64	БЖИКИ МЯСНЫЕ № 64	60	1,3	3,5	6,3	63	0,6
2010		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ № 77	110	2,1	3,2	17,4	108	8,8
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ № 5	40	0,7	2,3	4	40	1,8
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	95	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ № 95	180	0,1		1,2	6	1
Итого			585	10,9	11,1	51,3	359	17,1
Уплотненный Полдник								
2010	72	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ) № 72	60	6,9	8,5	14,7	164	0,6
2010	23	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ № 23	120	3,3	6,1	11,4	113	11
2010		ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		БЛИНЧИКИ	80	7,4	11,9	32,3	266	0
Итого			440	17,7	26,5	66,3	575	11,6
Всего				42,2	57,3	180,2	1424	28,7

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна

Согласовано

Заведующий

МДОУ 25 "Дюймовочка"


Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ

18 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №40	180	9,8	10,6	25,8	238	0
2010		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			440	17,8	19	63,8	498	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ № 7	180	3,4	3,7	6,9	76	9,5
2010	59	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 59	80	2,1	5,2	15,4	120	0,4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ № 75	130	4,9	5,5	30,7	191	0
2010		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ №84	30	0,6	1,9	5,3	40	0,6
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ № 91	180	0,2		10,5	43	0
Итого			645	13,6	16,8	85	557	10,5
Уплотненный Полдник								
2010	25	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ № 25	150	3,8	8,5	27,4	202	11
2010		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	2,4	3,9	43	7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
2010		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,4	0,4	10,3	50	10,6
Итого			540	5,9	11,9	65,5	406	28,6
Всего.				38,3	47,9	234,5	1547	43,1

Старшая мед. сестра  Уткина Ирина ГеннадьевнаПовар  Соловьева Наталья Евгеньевна



МЕНЮ
18 марта 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	40	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ №40	150	8,2	9	21,7	202	0
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			410	16,2	17,4	59,7	462	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ № 7	160	3,2	3,3	5,6	65	7,7
2010	59	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ № 59	60	1,3	3,8	10,3	83	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ № 75	110	3,2	4,4	20,6	135	0
2010		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ №84	30	0,3	1,3	2,8	25	0,7
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА № 91	180	0,1		9	37	0
Итого			575	9,9	13,2	60,9	413	8,7
Уплотненный Полдник								
2010	25	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ № 25	120	3,1	7,3	21,9	165	8,7
2010		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	1,6	2,8	29	4,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,9	32	0
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	115	0,4	0,4	9,9	48	10,1
Итого			480	4,8	9,8	55,9	340	23,6
Всего				31,9	40,6	196,7	1301	36,3

Старшая мед, сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна



МЕНЮ
22 марта 2024 г.
Сад 12 часов

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Колпова Ирина Леонидовна/

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ № 34	180	9,4	11,2	24,5	238	0
2010		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ № 98	180	9,6	10,1	24,4	229	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,3	105	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) №2	13	3	3,8		47	0
Итого			420	22,8	31,7	70,3	671	0
II Завтрак								
		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СМЕТАНОЙ	180	3,1	5,4	14,4	120	6,9
2010	63	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ № 63	80	2,1	5,4	14,1	115	0,7
2010		КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 82	150	4	4,3	15,1	117	32,1
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	45	2,4	0,5	16,2	87	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 90	180	0,1	0,1	10,3	43	1
Итого			635	11,7	15,7	70,1	482	40,7
Уплотненный Полдник								
		ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ,	80	14,8	8,1	5,3	173	11
2010	79	ПЮРЕ "РОЗОВОЕ" (картофельно морковное) № 79	150	3,8	6,8	18,1	150	7,3
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	1,2	0,1	2,4	15	1,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8	32	0
Итого			500	20,5	15,6	49,8	449	19,9
Всего				66	63,2	210,4	1688	64,6

Старшая мед. сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна



Заведующий
СМДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
22 марта 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ № 34	150	7,8	9,3	20,8	200	0
2010		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ № 98	160	9,5	10,1	25,1	232	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16	79	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	7		5,8	0,1	52	0
2017		СЫР (ПОРЦИЯМИ) № 2	9	2	2,6		32	0
Итого			356	19,9	28,4	62	595	0
II Завтрак								
2010		СНЕЖОК 2.5% № 103	160	4,7	3,9	17,1	123	0
Итого			160	4,7	3,9	17,1	123	0
Обед								
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ СМЕТАНОЙ	160	2,9	4,6	12,9	104	6,2
2010	63	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ № 63	60	2,2	4	11,8	93	0,5
2010		КАПУСТА ТУШЕНАЯ № 82	110	3,1	3,4	12,2	93	24,2
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	35	1,8	0,4	12,6	68	0
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК № 90	180	0,1	0,1	10,8	45	0,9
Итого			545	10,1	12,5	60,3	403	31,8
Уплотненный Полдник								
		ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ,	60	12,2	5,5	3,2	128	9,2
2010	79	ПЮРЕ " РОЗОВОЕ " (картофельно морковное) № 79	120	2,9	2,7	14,3	93	5,9
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	0,8	0,1	1,6	10	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	0,5	0,5	13,4	66	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		8,9	36	0
Итого			425	16,5	8,8	41,4	333	16,1
Всего				51,2	53,6	180,8	1454	47,9

Старшая мед, сестра _____ Уткина Ирина Геннадьевна

Повар _____ Соловьева Наталья Евгеньевна




Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна

МЕНЮ
27 марта 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ № 46	177/30	30,1	21,2	42,4	483	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,7	31	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	40	0,8	0,8	21,4	105	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	6		5,1		46	0
Итого			433	31	27,1	71,5	665	0
II Завтрак								
2010	103	СНЕЖОК № 103	147	4,3	3,6	15,7	113	0
Итого			147	4,3	3,6	15,7	113	0
Обед								
2010		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ № 8	180	3,2	3,8	9,5	84	4,8
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ № 66	147	12,5	13,4	20,4	251	9,3
2010		СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	57	1,1	5,3	5,5	75	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	44	2,3	0,4	15,7	85	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ № 91	180	0,2		10	41	0
Итого			608	19,3	22,9	61,1	536	14,1
Уплотненный Полдник								
2018	75	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	79	10,7	10,5	11,9	179	0,9
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ № 83	146	2,8	4,6	16,4	120	13,2
2010		ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30	0,2		0,8	4	3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	35	0,7	0,7	18,7	92	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180			7,6	30	0
Итого			470	14,4	15,8	55,4	425	17,1
Всего			69	69,4	203,7	1739	31,2	

Старшая мед. сестра  Уткина Ирина Геннадьевна

Повар  Соловьева Наталья Евгеньевна




Согласовано

Заведующий
МДОУ 25 "Дюймовочка"
Копрова Ирина Леонидовна/

МЕНЮ
27 марта 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ № 46	134/30	23,3	17	33,8	382	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,6	31	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	0,6	0,6	16,1	79	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) № 1	6		5,1		46	0
Итого			380	24	22,7	57,5	538	0
II Завтрак								
2010	103	СНЕЖОК 2.5% № 103	147	4,3	3,6	15,7	113	0
Итого			147	4,3	3,6	15,7	113	0
Обед								
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ № 8/	160	3,8	5,3	9,2	99	4,4
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ № 66	137	11,9	12,9	19,3	239	8,9
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ № 85	28	0,4	1,5	1,7	21	0
		ХЛЕБ "ДАРНИЦКИЙ"	34	1,8	0,3	12,2	66	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА № 90	180	0,1		7,7	32	0
Итого			539	18	20	50,1	457	13,3
Уплотненный Полдник								
2018	75	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	59	10,7	10,6	8	164	0,8
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ № 83	117	2,5	4,6	14,5	110	11,9
		ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20	0,2		0,5	3	2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	0,4	0,4	10,8	53	0
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	14	1,1	1,4	10,6	60	0
2010		ЧАЙ С САХАРОМ № 96	180	0,1		7,6	31	0
Итого			410	15	17	52	421	14,7
Всего				61,3	63,3	175,3	1529	28

Старшая мед. сестра  Уткина Ирина Геннадьевна

Повар  Соловьева Наталья Евгеньевна