

Меню 7 день
 Ясли

На 24 июня 2025г.

Сбор	№	Наименование блюда	Выход	Химический состав				Энергетическая ценность	Витам.
рецен	Техн. карт			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		Тическая	С, мг
ЗАВТРАК									
180		Каша молочная овсяная	150	6,1	7,26	28,79	204,75	1,09	
395		Кофейный напиток с молоком	180	2,37	2	11,96	75,83	0,98	
1		Бутерброд с маслом	30/5	2,41	3,66	15,19	104	-	
2 ЗАВТРАК									
399		Сок (виноградный)	100	0,5	-	10,1	42,22	2	
ОБЕД									
20	48	Салат из св.капусты	40	0,75	2,05	2,3	30,86	11,62	
		Шли по- уральски с крупной со сметаной на м/бульоне	150	1,62	3,94	5,88	65,4	9,48	
		Супле из пчени со сметан.соус.	110/40						
321		Пюре картофельное	120	3,35	5,58	21,45	149,65	5,29	
376		Компот из сух/фруктов	180	0,330	0,01	20,85	84,83	0,30	
		Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	-	
ПОЛДНИК									
368		Фрукт (яблоко)	1 шт.	0,40	0,40	9,8	44	10	
401		Кефир	200	4,35	3,75	6	75	1,05	
469		Булочка дом с изюм	65	3,64	6,26	29,96	179	0,0	
УЖИН									
344		Рыб овощное, яйцо вареное	120/40	3,45	11,92	17,55	191,35	14,36	
393		Чай с сахаром и лимоном	180	0,09	0,0	7,1	29,00	1,42	
512		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,50	0,00	
итого		Хлеб ржаной	20	5,91	12,22	39,14	290,85	15,78	
всего				48,62	61,8	192,83	1597,83	57,62	

Повар

Меню 7 день

МБДОУ «Детский сад №39 «Юбилейный»
Утверждаю

Сад

На 24 июня 2025г.

Заведующий

Н.И. Усачева



Сбор	№	Наименование блюда	Выход	Химический состав	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность	Витам. С, мг
ЗАВТРАК								
180		Каша молочная овсяная,	200	8,14	9,68	38,39	273,00	1,46
395		Кофейный напиток с молоком	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17
1		Бутерброд с маслом	40/10	2,45	7,55	14,62	136	
Итого								
399		Сок (виноградный)	98,2	0,5	-	10,1	42,22	2
Итого								
399		Сок (виноградный)	98,2	0,5	-	10,1	42,22	2
ОБЕД								
20		Салат из св. капусты	50	0,75	2,54	4,50	43,7	16,22
72		Шиповника с сметаной на м/бульоне	200	1,62	3,94	5,88	65,4	9,48
		Суп из печени со сметанным соусом	130/50	15,51	12,43	3,29	187	0,01
321		Пюре картофельное	140	3,10	4,85	20,45	138,6	5,29
376		Компот из сух/фруктов	200	0,33	0,01	20,85	84,83	0,3
Итого								
			30	1,32	0,24	6,68	34,8	-
		Хлеб ржаной	30	23,4	25,81	66,95	594,93	31,45
ПОЛДНИК								
368		Фрукт (яблоко)	1 шт.	0,40	0,40	9,8	44	10
401		Кефир	196,3	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26
469		Булочка дом с изюмом	80	3,64	6,26	29,96	179	0
Итого								
				9,26	11,16	46,96	313	11,26
УЖИН								
344		Рыбное овощное, яйцо вареное	150/40	3,45	11,92	17,55	191,35	14,36
393		Чай с сахаром и лимоном	200	0,12	0,02	10,20	41,00	2,83
512		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,00	0,00
Итого								
		Хлеб ржаной	30	6,73	12,34	47,07	326,35	17,19
Всего								
				53,33	68,95	238,4	1775,9	64,53

Повар