

ДОУ "Детский сад № 22" Гаур

Гаушканова А.Н/

Сад

Сбор-никреце-птур	Нетехн.ка рты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическаяцен-нос ть,ккал	Вита-м ин С,мг
				Белк и, г	Жи р ы, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен мука высш сорт обог. микронутриентами,	30/10/9	4,67	11,34	15,49	142,16	0,00
2012	216	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИИЗДЕЛ (макаронные изделия высш сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, сахарпесок, масло	180	4,18	5,13	14,80	122,99	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности,	180	3,32	3,56	10,97	90,15	0,57
Итого			409	12,17	20,03	41,26	355,30	1,14
II Завтрак								
2008	110	БАНАН (банан)	140	1,47	0,49	20,58	94,08	9,80
Итого			140	1,47	0,49	20,58	94,08	9,80
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК СО (картофель, морковь, лук репчатый, соль йодированная, маслоподсолнечное	180/5	6,01	7,37	10,89	135,29	5,07
2008	256	ПЕЧЕНЬ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый,морковь, соль	70/30	15,26	7,87	3,59	164,32	11,86
2012	321	ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло	150	3,32	5,23	16,77	127,98	7,49
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ (шиповник сухой, сахар песок, вода	180	0,37	0,15	11,02	53,78	44,15
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшеничн. формовой мука	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог.	37	2,38	0,32	15,21	73,17	0,00
Итого			682	29,56	21,12	72,08	623,46	68,57
Полдник								
2011	90	ВАТРУШКА С (мука пшеничная высш сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, дрожжи,масло подсолнечное	70	5,77	4,65	44,51	183,80	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая,	180	2,64	2,80	9,24	73,46	0,49
Итого			250	8,41	7,45	53,75	257,26	0,49
Всего				51,61	49,09	187,67	1 330,10	80,00

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ "Детский сад № 22 "Рябинушка"
Гаушканова А.Н./**МЕНЮ**
30 июля 2026 г.**Ясли**

Сбор-никреце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшенич. мука высш. сорт. обог. микронутриентами,	20/7/6	3,19	7,66	10,33	98,54	0,00
2012	216	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛ. (макаронные изделия высш. сорт, молоко пастер. 3.2% жирности, маслосладко-сливочное несоленое,	180	3,94	5,73	12,16	116,72	0,56
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности,	150	3,11	3,26	8,79	77,97	0,51
Итого			363	10,24	16,65	31,28	293,23	1,07
II Завтрак								
2008	110	БАНАН (банан)	130	1,37	0,46	19,11	73,49	0,00
Итого			130	1,37	0,46	19,11	73,49	0,00
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК СО (картофель, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное	150	4,63	5,22	8,62	100,41	3,44
2008	256	ПЕЧЕНЬ (говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, масло	60/20	11,82	5,75	2,34	122,42	9,09
2012	321	ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло	120	1,92	3,18	11,91	84,23	5,66
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ (шиповник сухой, сахар песок, вода	150	0,28	0,12	9,55	45,73	34,28
2018	12	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ (хлеб пшенич. формовой мука	26	1,90	0,16	12,51	59,07	0,00
2018	13	ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог.	30	1,93	0,25	12,34	59,35	0,00
Итого			556	22,48	14,68	57,27	471,21	52,47
Полдник								
2011	90	ВАТРУШКА С (мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 3.2% жирности, дрожжи, масло подсолнечное	60	5,87	4,78	35,17	152,62	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода	150	2,51	2,66	8,23	67,51	0,46
Итого			210	8,38	7,44	43,40	220,13	0,46
Всего				42,47	39,23	151,06	1 058,06	54,00