

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад №127 комбинированного вида"  
/И.В. Тремасова/

# МЕНЮ

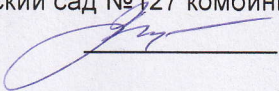
11 марта 2025 г.

## Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                     |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 190                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ | 130    | 4,71              | 6,33    | 17,77            | 147,36                                   | 0,42                  |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ          | 30/5/4 | 1,62              | 5,31    | 39,46            | 70,41                                    | 0,01                  |
| к/к                           | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                    | 150    | 2,03              | 1,64    | 9,41             | 60,96                                    | 0,35                  |
| Итого                         |                     |                                     | 319    | 8,36              | 13,28   | 66,64            | 278,73                                   | 0,78                  |
| Обед                          |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 95                  | СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО<br>СМЕТАНОЙ    | 150    | 4,37              | 7,14    | 7,16             | 114,59                                   | 3,48                  |
| 2008                          | 131                 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ КУР       | 160    | 12,92             | 17,21   | 7,05             | 236,04                                   | 21,08                 |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 40     | 2,08              | 0,28    | 13,34            | 64,17                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 150    | 0,00              | 0,00    | 4,84             | 19,35                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                     | 500    | 19,37             | 24,63   | 32,39            | 434,15                                   | 24,56                 |
| Полдник                       |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 467                 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                 | 60     | 6,82              | 4,61    | 23,70            | 163,99                                   | 0,13                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ                   | 150    | 4,27              | 3,69    | 7,07             | 79,54                                    | 0,79                  |
| Итого                         |                     |                                     | 210    | 11,09             | 8,30    | 30,77            | 243,53                                   | 0,92                  |
| Ужин                          |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 36                  | САЛАТ "СВЕКОЛКА"                    | 30     | 0,43              | 0,71    | 2,49             | 18,03                                    | 1,18                  |
| 2008                          | 125                 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ                      | 110    | 8,16              | 3,45    | 17,05            | 132,06                                   | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 30     | 0,70              | 0,12    | 39,42            | 19,53                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 150    | 0,08              | 0,00    | 4,25             | 17,29                                    | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                     | 320    | 9,37              | 4,28    | 63,21            | 186,91                                   | 1,20                  |
| Всего                         |                     |                                     |        | 48,19             | 50,49   | 193,01           | 1 143,32                                 | 27,46                 |



Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад №127 комбинированного вида"  
 /И.В. Тремасова/

# МЕНЮ

11 марта 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                     |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 190                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>МОЛОЧНАЯ | 150    | 5,89              | 7,91    | 23,66            | 190,08                                   | 0,53                  |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ          | 30/6/6 | 2,08              | 6,72    | 39,47            | 84,95                                    | 0,02                  |
| к/к                           | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                    | 180    | 2,73              | 2,21    | 12,14            | 80,05                                    | 0,47                  |
| Итого                         |                     |                                     | 372    | 10,70             | 16,84   | 75,27            | 355,08                                   | 1,02                  |
| Обед                          |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 95                  | СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО<br>СМЕТАНОЙ    | 180    | 5,50              | 9,27    | 11,05            | 154,86                                   | 5,36                  |
| 2008                          | 131                 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ КУР       | 200    | 15,09             | 19,73   | 9,58             | 278,09                                   | 30,23                 |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 50     | 2,61              | 0,35    | 16,68            | 80,27                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 180    | 0,00              | 0,00    | 5,81             | 23,22                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                     | 610    | 23,20             | 29,35   | 43,12            | 536,44                                   | 35,59                 |
| Полдник                       |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 467                 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                 | 70     | 9,25              | 6,46    | 34,97            | 235,57                                   | 0,14                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                    | 180    | 5,13              | 4,42    | 8,49             | 95,47                                    | 0,95                  |
| Итого                         |                     |                                     | 250    | 14,38             | 10,88   | 43,46            | 331,04                                   | 1,09                  |
| Ужин                          |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 36                  | САЛАТ "СВЕКОЛКА"                    | 50     | 0,84              | 1,03    | 4,90             | 32,23                                    | 2,31                  |
| 2008                          | 125                 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ                      | 130    | 9,63              | 4,06    | 20,14            | 155,65                                   | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40     | 0,93              | 0,16    | 52,55            | 26,03                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 180    | 0,10              | 0,00    | 5,43             | 22,10                                    | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                     | 400    | 11,50             | 5,25    | 83,02            | 236,01                                   | 2,33                  |
| Всего                         |                     |                                     |        | 59,78             | 62,32   | 244,87           | 1 458,57                                 | 40,03                 |