



Утверждаю

заведующий

МКДОУ "Детский сад № 32 "Малыш"

/Попова Мария Александровна/

МЕНЮ

1 октября 2025 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная поспавская, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	7,24	6,68	31,35	215,23	0,57
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180/7/3	0,06	0,01	9,88	41,03	1,12
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	15	3,38	4,30	0,00	52,96	0,04
2008		БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			380	12,56	11,72	54,08	374,72	1,73
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (свекла, сыр российский, масло подсолнечное рафинированное)	60	2,74	5,54	4,15	77,74	1,96
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная, петрушка (зелень))	180/10/25	6,87	4,75	14,93	131,29	5,18
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	50	3,64	1,41	24,93	127,07	0,00
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, говядина 1 категории)	130/70	19,60	16,75	9,16	266,79	20,04
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
Итого			765	36,82	28,98	78,60	725,27	27,18
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука пшеничная высш.сорт, масло сливочное, сахар, яйца, сода)	60	4,58	4,10	23,37	148,47	0,00
2008	435	РЯЖИЧКИ (ряженка, сахар, яйца, сода)	180	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
Итого			240	9,98	5,90	30,93	220,47	0,90
Всего				60,26	46,80	171,71	1 363,46	89,81

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201238376697895853320780557420615072302087239010
Владелец Попова Мария Александровна
Действителен с 15.04.2025 по 15.04.2026

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201238376697895853320780557420615072302087239010

Владелец Попова Мария Александровна

Действителен с 15.04.2025 по 15.04.2026