



Утверждаю

заведующий

МКДОУ "Детский сад № 32 "Малыш"
Попова Мария Александровна**МЕНЮ**
3 октября 2025 г.
Ясли 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшеница, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,44	4,84	17,38	131,51	0,47
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,78	2,79	12,18	85,68	0,47
2008		БАТОН (батон нарезной пшеница мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			306	8,78	13,19	39,90	314,59	0,94
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) (капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, соль йодированная)	40	1,02	3,18	3,72	48,33	9,40
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	150/35	7,26	6,65	12,64	139,63	3,40
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный, сухари панировочные, яйца куриные (шт.))	60	13,35	8,23	7,94	159,65	0,27
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,42	3,40	15,96	104,37	7,70
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН (батон нарезной пшеница мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			595	27,54	22,30	74,88	612,01	20,77
К								
2012	483	БУЛОЧКА (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, яйца куриные (шт.))	50	7,66	5,54	19,65	159,12	0,08
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	165	4,95	0,17	6,60	51,15	1,65
Итого			215	12,61	5,71	26,25	210,27	1,73
Всего				49,43	41,30	158,93	1 179,87	25,44

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201238376697895853320780557420615072302087239010
Владелец Попова Мария Александровна
Действителен с 15.04.2025 по 15.04.2026