



Утверждаю

заведующий

МКДОУ "Детский сад № 32 "Малыш"

Попова Мария Александровна

МЕНЮ

7 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	130	10,53	14,91	1,55	182,59	0,11
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский)	20/5	2,66	2,06	10,28	70,60	0,04
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	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
Итого			310	16,02	23,91	24,06	376,37	0,62
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Итого			95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
Обед								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые)	40	0,73	2,10	3,97	37,99	2,90
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ (картофель, крупа гречневая ядрица, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная, сметана 15% жирности)	150/35/10	5,65	5,33	15,84	133,84	3,63
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА (куриная грудка филе, батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 3,2% жирности, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	13,00	13,54	11,59	220,17	0,53
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, лавровый лист)	110	1,85	1,89	6,41	51,00	14,26
2012	380	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,64	0,04	17,72	74,27	0,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб рж.)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТО (батон нарезной)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			615	25,36	23,74	78,53	630,86	21,52
Докладная записка								
2012	454	ПИРО ТЕСТ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, повидло, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	50/20	5,61	4,43	32,59	192,27	0,02
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,53	2,79	9,91	75,62	0,47
Итого			220	8,14	7,22	42,50	267,89	0,49
Всего				49,90	55,25	154,40	1 319,77	32,13

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201238376697895853320780557420615072302087239010

Владелец Попова Мария Александровна

Действителен с 15.04.2025 по 15.04.2026