



Утверждаю

заведующий

МКОУ "Детский сад № 32 "Малыш"

/Попова Мария Александровна/

МЕНЮ

8 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,97	4,47	21,23	145,65	0,47
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микроэлементами, 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	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,83	2,98	8,10	71,51	0,47
Итого			310	10,51	13,66	39,66	325,26	0,98
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Итого			95	0,86	0,19	7,70	40,85	57,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,55	2,37	3,24	36,41	1,52
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, куриная грудка филе, соль йодированная)	150/25/10	4,26	4,54	11,90	105,57	3,73
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (говядина 1 категории, батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, сметана 15% жирности, соль йодированная)	60/30	18,17	19,49	10,80	291,16	0,82
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,69	3,12	17,13	107,36	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,08	0,08	9,64	40,08	0,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микроэлементами)	20	1,47	0,67	10,27	52,40	0,00
Итого			625	29,21	30,53	75,70	694,17	6,87
Ужин								
2012	159	СУФЛЕЖЕ (яблоки, крупа манная, сахар, вода питьевая)	80/20	13,86	11,02	25,94	268,00	1,23
2008		КЕФИР (кефир)	160	4,64	4,00	6,40	84,80	1,12
Итого			260	18,50	15,02	32,34	352,80	2,35
Всего				59,08	60,20	155,40	1 413,08	67,20

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