



Утверждаю

заведующий

МКДОУ Детский сад № 32 "Малыш"

Попова Мария Александровна

МЕНЮ

10 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,83	4,33	19,01	131,12	0,47
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшени. мука высш. сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	20/5	1,53	4,71	10,32	89,80	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			305	8,19	12,02	37,43	292,43	0,94
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								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, сушеные абрикосы без косточки (курага), виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное рафинированное)	40	3,20	4,04	6,08	73,60	2,80
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	150/45	6,42	2,83	9,84	90,94	5,01
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, морковь)	110/60	13,89	13,38	16,31	241,45	8,11
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН (батон нарезной пшени. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			605	27,75	21,24	70,08	584,08	18,92
Полдник								
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктовой-ванильной начинкой)	25	0,68	0,81	18,75	85,85	0,00
2008	406	КИСЕЛЬ (сушеный картофель)	150	0,64	0,04	15,79	66,53	0,20
Итого			175	1,32	0,85	34,54	152,38	0,20
Всего				38,12	34,30	149,75	1 069,74	77,06

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201238376697895853320780557420615072302087239010

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201238376697895853320780557420615072302087239010

Владелец Попова Мария Александровна

Действителен с 15.04.2025 по 15.04.2026