



Утверждаю

заведующий

МКОУ "Детский сад № 32 "Малыш"

Попова Мария Александровна/

МЕНЮ

8 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,93	0,71	20,25	189,60	0,52
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский)	25/10	4,20	3,68	12,85	101,90	0,07
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)	180	4,01	4,26	12,86	106,96	0,68
Итого			370	14,19	18,80	52,01	436,16	1,27
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	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,83	3,55	4,97	54,61	2,28
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, куриная грудка филе, соль йодированная, петрушка (зелень))	180/25/10	6,70	6,41	16,66	151,44	5,38
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (говядина 1 категории, батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, сметана 15% жирности, соль йодированная)	60/30	18,02	19,28	10,08	285,75	0,82
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	4,82	3,77	30,81	176,56	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,08	0,08	11,58	47,82	0,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2008		БАТОН (батон нарезной пшени.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			755	34,65	34,13	101,69	853,07	9,28
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП								
2012	159	СУФЛЕ (морковь, крупа манная, сахар, яйца, сметана, масло сливочное)	80/20	15,29	12,78	26,79	286,42	1,25
2008		КЕФИР (кефир 2%)	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Итого			260	20,51	17,28	33,99	381,82	2,51
Всего				70,25	70,41	195,79	1 714,05	73,06

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201238376697895853320780557420615072302087239010

Владелец Попова Мария Александровна

Действителен с 15.04.2025 по 15.04.2026