



Утверждаю

Заведующий
МДОУ №15 "Аленушка" ЯМР
Шаповалова О.Н./

МЕНЮ
22 августа 2025 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>(сыр российский)</small>	15	3,38	4,30	0,00	53,07	0,10
2008	112	МОЛОЧНАЯ ВЕРМИШЕЛЬ <small>(молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль)</small>	200	4,67	4,39	20,88	142,62	0,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150/15	0,00	0,00	13,98	55,90	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной пшени, мука высш сорт обог. микроэлементами)</small>	23	1,75	0,68	11,99	61,13	0,00
Итого			403	9,80	9,37	46,85	312,72	0,66
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(сок яблочный)</small>	63	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Итого			63	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ <small>(рыбн консервы в масле сайра бланширован, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, укроп, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)</small>	200	7,27	3,37	15,66	122,48	6,41
2008	284	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ <small>(говядина бк, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, соль йодированная, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), чеснок)</small>	60/40	10,53	21,80	12,30	187,87	0,79
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364 <small>(вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, сахар, перец)</small>	30	0,59	3,23	2,38	40,26	0,66
2008	347	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(свекла, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль)</small>	130	1,90	1,02	14,33	73,90	5,20
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,09	0,04	20,02	82,41	1,10
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	26	1,69	0,22	10,83	52,12	0,00
Итого			636	22,07	29,68	75,52	559,04	14,16
Полдник								
		МОЛОКО ТОПЛЕННОЕ <small>(молоко топленое)</small>	110	0,00	3,41	0,00	0,00	0,00
Итого			110	0,00	3,41	0,00	0,00	0,00
Ужин								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)</small>	150/15/7	0,02	0,00	15,11	60,87	0,33
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ <small>(яблоки)</small>	100	0,39	0,39	9,48	45,46	3,99
		БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ <small>(булочка молочная)</small>	39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			311	0,41	0,39	24,59	106,33	4,32
Всего				32,78	42,95	156,86	1 021,09	21,14

Жучихина Е.А.

Жучихина Е.А.; Защеринская И.В