

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №15 "Аянушка" ЯМР  
Шаповалова О.Н./

**МЕНЮ**  
27 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>(сыр российский)</small>	15	3,42	4,35	0,00	53,62	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 йодированная)</small>	210	4,95	4,92	20,19	145,82	0,60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150/15	0,00	0,00	12,45	49,76	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной пшеница высш сорт обог. микроэлементами)</small>	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>10,62</b>	<b>10,14</b>	<b>48,06</b>	<b>327,80</b>	<b>0,70</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(сок яблочный)</small>	126	0,50	0,10	9,90	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>126</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>9,90</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
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	7,39	2,85	14,52	113,46	6,03
2008	284	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ <small>(говядина бж, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, морковь, соль йодированная, яйца куриные, вода питьевая (шт) + чеснок)</small>	60/40	11,15	13,82	15,19	229,56	0,78
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 йодированная)</small>	150	2,90	3,11	16,31	106,05	1,00
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ <small>(мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)</small>	20	0,26	0,64	1,12	13,20	0,00
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,11	0,04	18,77	77,91	1,34
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	33	2,17	0,29	13,93	67,01	0,00
<b>Итого</b>			<b>653</b>	<b>23,98</b>	<b>20,75</b>	<b>79,84</b>	<b>607,19</b>	<b>9,15</b>
<b>Полдник</b>								
		МОЛОКО ТОПЛЕННОЕ <small>(молоко топленое)</small>	160	0,00	4,97	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>0,00</b>	<b>4,97</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" <small>(мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, творог 9,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло растительное рафинированное)</small>	100	9,56	6,38	31,42	221,89	0,08
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)</small>	150/15/7	0,02	0,00	13,88	55,87	0,28
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ <small>(яблоки)</small>	84	0,33	0,33	8,00	38,40	3,37
<b>Итого</b>			<b>356</b>	<b>9,91</b>	<b>6,71</b>	<b>53,30</b>	<b>316,16</b>	<b>3,73</b>
<b>Всего</b>				<b>45,01</b>	<b>42,67</b>	<b>191,10</b>	<b>1 294,15</b>	<b>15,58</b>

 Жучихина Е.А.; Защеринская И.В.