

Утверждаю

заведующая

МАДОУ "Детский сад №59" корпус 2

И.И. Пришвина Ю.В./  
 обратившийся в  
 городского округа Саранск  
 "Детский сад № 50"

# МЕНЮ

28 июня 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда   | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал | Витамины С, мг |
|-------------------|---------------|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------------|
|                   |               |  |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |  |       |                   |         |             |                               |                |
| 2008              | 187           | КАША "ЯНТАРНАЯ"<br>(пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)  | 160   | 5,60              | 7,44    | 33,26       | 222,77                        | 0,37           |
| 2008              | 13            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)<br>(масло сладко-сливочное несоленое)   | 8     | 0,08              | 6,64    | 0,08        | 60,00                         | 0,00           |
| 2008              |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ<br>(батон нарезной пшенично-высшего сорта обог. микроэлементами)  | 30    | 2,33              | 0,90    | 15,99       | 81,51                         | 0,00           |
| 2012              | 395           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)   | 160   | 1,98              | 1,57    | 15,83       | 85,78                         | 0,34           |
| Итого             |               |  | 358   | 9,99              | 16,55   | 66,16       | 450,06                        | 0,71           |
| <b>II Завтрак</b> |               |  |       |                   |         |             |                               |                |
|                   |               | СОК ФРУКТОВЫЙ<br>(сок фруктовый)   | 100   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          | 0,00           |
| Итого             |               |  | 100   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          | 0,00           |
| <b>Обед</b>       |               |  |       |                   |         |             |                               |                |
| 2012              | 77            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица, сметана 20% жирности, соль, петрушка (зелень))  | 180   | 1,48              | 2,30    | 11,09       | 71,22                         | 5,47           |
| 2012              | 276           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ПТИЦЕЙ<br>(птица, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, соль)  | 180   | 2,65              | 3,81    | 20,73       | 128,23                        | 10,35          |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)  | 180   | 0,00              | 0,00    | 15,68       | 62,66                         | 0,00           |
|                   |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)  | 45    | 3,10              | 0,41    | 19,85       | 95,50                         | 0,00           |
| Итого             |               |  | 585   | 7,23              | 6,52    | 67,36       | 357,61                        | 15,82          |
| <b>Полдник</b>    |               |  |       |                   |         |             |                               |                |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)   | 180   | 4,92              | 4,24    | 8,15        | 91,63                         | 0,91           |
| 2008              |               | ПЕЧЕНЬЕ<br>(печенье)   | 18    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          | 0,00           |
| Итого             |               |  | 198   | 4,92              | 4,24    | 8,15        | 91,63                         | 0,91           |
| <b>Ужин</b>       |               |  |       |                   |         |             |                               |                |
| 2008              | 219           | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА<br>(творог 5,0% жирности, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности) | 150   | 28,66             | 21,09   | 31,73       | 436,92                        | 0,32           |
| 2008              | 411           | КИСЕЛЬ<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстрактах, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)   | 180   | 0,00              | 0,00    | 22,10       | 88,42                         | 0,00           |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)   | 30    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          | 0,00           |
| Итого             |               |  | 360   | 28,66             | 21,09   | 53,83       | 525,34                        | 0,32           |
| Всего             |               |  |       | 50,80             | 48,40   | 194,49      | 1 424,64                      | 17,76          |

Утверждаю

заведующая

МАДОУ "Детский сад №59" корпус 2

*Ю.В. Гришнев*  
Гришнев Ю.В./

автономное дошкольное  
образовательное учреждение  
городского округа Саранск  
"Детский сад № 59"

# МЕНЮ

28 июня 2024 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              | 187           | КАША "ЯНТАРНАЯ"<br>(пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)   | 150   | 4,95              | 6,88    | 28,48       | 196,09                        | 0,37          |
| 2008              | 13            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)<br>(масло сладко-сливочное несоленое)  | 6     | 0,06              | 4,98    | 0,06        | 45,00                         | 0,00          |
| 2008              |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ<br>(батон нарезной пшеничная мука высш. сорт обог. микроэлементами)  | 30    | 2,25              | 0,87    | 15,42       | 78,60                         | 0,00          |
| 2012              | 395           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)  | 150   | 2,02              | 1,66    | 11,88       | 70,94                         | 0,36          |
| Итого             |               |   | 336   | 9,28              | 14,39   | 55,84       | 390,63                        | 0,73          |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |       |                   |         |             |                               |               |
|                   |               | СОК ФРУКТОВЫЙ<br>(сок фруктовый)  | 100   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          | 0,00          |
| Итого             |               |   | 100   | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          | 0,00          |
| <b>Обед</b>       |               |   |       |                   |         |             |                               |               |
| 2012              | 77            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, птица, сметана 20% жирности, соль, петрушка (зелень)) | 150   | 1,27              | 1,97    | 9,39        | 60,61                         | 4,64          |
| 2012              | 276           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ПТИЦЕЙ<br>(птица, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, соль)   | 160   | 2,36              | 3,36    | 18,42       | 113,68                        | 9,21          |
| 2008              | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)   | 150   | 0,00              | 0,00    | 12,91       | 51,60                         | 0,00          |
|                   |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)   | 40    | 2,49              | 0,33    | 15,93       | 76,64                         | 0,00          |
| Итого             |               |   | 500   | 6,12              | 5,66    | 56,65       | 302,53                        | 13,85         |
| <b>Полдник</b>    |               |   |       |                   |         |             |                               |               |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)  | 150   | 4,10              | 3,53    | 6,79        | 76,35                         | 0,76          |
| 2008              |               | ПЕЧЕНЬЕ<br>(печенье)  | 18    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          | 0,00          |
| Итого             |               |   | 168   | 4,10              | 3,53    | 6,79        | 76,35                         | 0,76          |
| <b>Ужин</b>       |               |   |       |                   |         |             |                               |               |
| 2008              | 219           | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА<br>(творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)   | 130   | 24,84             | 18,31   | 27,68       | 379,74                        | 0,28          |
| 2008              | 411           | КИСЕЛЬ<br>(кисель (концентрат) на плодовом экстракте, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)   | 160   | 0,00              | 0,00    | 19,79       | 79,15                         | 0,00          |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)   | 30    | 0,00              | 0,00    | 0,00        | 0,00                          | 0,00          |
| Итого             |               |   | 320   | 24,84             | 18,31   | 47,47       | 458,89                        | 0,28          |
| Всего             |               |   |       | 44,34             | 41,89   | 166,75      | 1 228,40                      | 15,62         |