



Утверждаю

Заведующий

МБДОУ Детский сад №78 "Исток"

/С.Н. Ермолаева/

МЕНЮ
18 июля 2025 г.
Сад 12 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко питьевое, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, масло сливочное)	200	5,78	6,33	28,28	193,81	0,44
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое, вода питьевая)	200/7	3,11	3,12	12,85	92,78	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб недлительного хранения 1)	40	2,30	8,42	15,49	147,03	0,00
Итого			447	11,19	17,87	56,62	433,62	0,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок из фруктов и (или) овощей)	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная свежая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,83	1,03	3,17	25,76	8,64
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель продовольственный свежий, изделия макаронные, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль пищевая, масло сливочное)	180	1,57	1,68	10,58	63,61	1,82
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (мясо сельскохозяйственной птицы охлажденное, молоко питьевое, масло сливочное, мука пшеничная, вода питьевая, яйца куриные в скорлупе свежие, масло подсолнечное рафинированное, хлеб недлительного хранения 1)	70	24,28	26,70	11,39	382,60	0,98
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (картофель продовольственный свежий, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, капуста белокочанная свежая, масло сливочное, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	130	1,68	2,16	10,15	67,18	10,24
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (смесь сухофруктов, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, вода питьевая)	180/7	0,00	0,00	6,79	27,17	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			667	31,67	32,01	63,28	668,30	21,68
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (морковь столовая свежая, яблоки, масло подсолнечное рафинированное)	55	0,55	1,71	3,75	33,39	1,24
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко питьевое)	181	5,09	5,62	8,25	105,37	0,94
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ (консервы фруктовые, хлеб недлительного хранения 1)	60/40/20	3,01	1,13	32,68	153,06	0,04
Итого			356	8,65	8,46	44,68	291,82	2,22
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пшеничная, яйца куриные в скорлупе свежие, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное, крупа манная)	150	22,34	12,99	21,03	294,16	0,22
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко питьевое, мука пшеничная, вода питьевая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	40	1,16	0,98	6,29	38,77	0,16
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный (ферментированный), вода питьевая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	200/7	0,12	0,00	7,03	28,62	0,02
2008		БАТОН (хлеб недлительного хранения 1)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			427	25,87	14,84	49,77	440,16	0,40
Всего				78,28	73,36	232,63	1 911,29	28,86