## Утверждаю

	Заведующая
МДОУ № 42 "Р	одничок" ЯМР
/E	Ванюкова Н.В./

## МЕНЮ

24 сентября 2025 г.

## Группа раннего возраста

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Хими	іческий со	Энерге- тическая	Вита-	
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал	мин С, мг
	•	3	автрак					
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	8	0,04	6,40	0,06	58,04	0,00
	МАСЛО СЛА	АДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8/8	0,00	6,40	0,10	58,00	0,00
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,13	6,94	17,83	154,56	0,58
	КРУПА ГРЕ	ЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15,2 / 15	1,80	0,50	8,30	44,80	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ			112,5 / 112,5	3,30	3,50	5,10	65,50	0,60
		АДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,7/3,7	0,00	3,00	0,00	26,90	0,0
CAXAP ПЕСОК		4,5 / 4,5	0,00	0,00	4,40	17,50	0,0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		18 / 18 0.4 / 0.4	0,00	0,00 0,00	0,00	0,00	0,00	
2010	100	какао с молоком	150	3,71	3,75	13,34	102,70	0,58
2010	КАКАО-ПОР		1,818 / 1,818	0,40	0.30	0,20	5.10	0,0
		АСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	112,5 / 112,5	3,30	3,50	5,10	65,50	0,6
	ВОДА ПИТЬ	БЕВАЯ	49,5 / 49,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0
	САХАР ПЕС	COK	8,3 / 8,3	0,00	0,00	8,10	32,10	0,0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ	25	1,82	0,71	12,46	63,54	0,00
	БАТОН НАР	ЕЗНОЙ	25 / 25	1,80	0,70	12,50	63,50	0,0
				10,70	17,80	43,69	378,84	1,16
		II :	Завтрак					
		ЯБЛОКО	106	0,41	0,41	10,04	48,14	4,22
	ЯБЛОКИ		120 / 105,597	0,40	0,40	10,00	48,10	6,80
				0,41	0,41	10,04	48,14	5,38
			Обед					
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,60	4,91	9,71	101,69	3,89
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ  КАРТОФЕЛЬ  КРУПА РИСОВАЯ  МОРКОВЬ  ЛУК РЕПЧАТЫЙ		18,182 / 11,999	2,10	1,80	0,00	25,60	0,1	
		56,364 / 42,273	0,80	0,20	6,70	31,60	3,4	
		2,727 / 2,698	0,20	0,00	1,90	8,70	0,0	
		7,273 / 5,818	0,10	0,00	0,40	1,90	0,1	
		3,33 / 2,8	0,00	0,00	0,20	1,10	0,1	
ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ		17,273 / 8,637	0,10	0,00	0,10	1,10	0,2	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ		1,4 / 1,4	0,00	1,40	0,00	12,20	0,0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		107,375 / 107,375	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	
		1,1 / 1,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	
	ЛАВРОВЫЙ	<u> </u>	0,01/0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0
0040	1	5% ЖИРНОСТИ	10 / 10	0,30	1,50	0,30	19,40	0,00
2010	71	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	50,004 (	2,36	3,82	11,98	91,72	0,08
	КУРА ФИЛЕ	•	50,091 /	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

	БАТОН НА	РЕЗНОЙ	15/15	1,10	0,40	7,50	38,10	0,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ			15,455 / 15,455	0,50	0,50	0,70	9,00	0,10
	СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ			0,80	0,00	3,80	18,40	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ			0,6/0,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3/3	0,00	2,90	0,00	26,20	0,00
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	2,29	3,06	9,31	75,08	21,32
	КАПУСТА Е	БЕЛОКОЧАННАЯ	143,636 / 114,949	2,00	0,10	5,20	31,20	20,70
		АДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,818 / 1,818	0,00	1,50	0,00	13,20	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ		1,5 / 1,5	0,00	1,50	0,00	13,10	0,00	
МОРКОВЬ ЛУК РЕПЧАТЫЙ			2,727 / 2,182	0,00	0,00	0,20	0,80	0,00
	TOMATHAS	=	2,4 / 2,4	0,10 0,10	0,00	0,30	1,60 1,70	0,20
		НИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0.909 / 0.909	0,10	0,00	0,60	2,90	0,00
	САХАР ПЕ		2,727 / 2,727	0,00	0,00	2,60	10,60	0,00
	ЛАВРОВЫ	й лист	0,03/0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	соль йод	ДИРОВАННАЯ	0,7/0,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,74	0,04	14,24	60,88	0,23
	СУШЕНЫЕ	: : АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	14,545 / 14,545	0,80	0,00	7,20	32,70	0,20
	САХАР ПЕ	COK	7,273 / 7,273	0,00	0,00	7,10	28,10	0,00
	ЛИМОННА	Я КИСЛОТА	0,1/0,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		ЬЕВАЯ	154,182 / 154,182	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,57	0,34	16,45	79,13	0,00
	ХЛЕБ РЖА	НО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40 / 40	2,50	0.40	16.50	79,20	0.00
				11,56	12,17	61,69	408,50	30,90
		Γ	<b>Т</b> ОЛДНИК					
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	160	0,12	0,12	19,69	81,09	1,25
	ВОДА ПИТ	ьевая	140,293 / 140,293	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКИ САХАР ПЕСОК ЛИМОННАЯ КИСЛОТА			35,455 / 31,234	0,10	0,10	3,00	14,30	2,00
			17,273/	0,00	0,00	16.70	66.80	0,00
			17,273 0,1 / 0,1	0,00	0.00	0,00	0.00	0,00
			0,170,1	0,12	0,12	19,69	81,09	32,15
			Ужин	0,12	0,12	10,00	01,00	02,10
		CL IDLUMINA M2 TROPOTA CO	<b>У</b> ЖИП					
2010	45	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО	OFIAE	2.07	5,85	21,79	151,34	0,06
_0.0	45	СГУЩ,МОЛОКОМ	95/15	2,87	3,03			
		СГУЩ,МОЛОКОМ % жирности	89,727 / 89,727	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТВОРОГ 99	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	89,727/		•	0,00	0,00	
	ТВОРОГ 99	% жирности	89,727 / 89,727 12,727 /	0,00	0,00	,		0,00
	ТВОРОГ 99	% ЖИРНОСТИ ЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ ИНЫЕ (ШТ.)	89,727 / 89,727 12,727 / 12,727 0,09 wm. /	0,00	0,00	8,60	41,20	0,00
	ТВОРОГ 99  МУКА ПШЕ  ЯЙЦА КУРІ  САХАР ПЕ	% ЖИРНОСТИ  ЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ  ИНЫЕ (ШТ.)  СОК  ДИРОВАННАЯ	89,727 / 89,727 12,727 / 12,727 0,09 um. / 4,17 5,455 / 5,455 0,9 / 0,9	0,00 1,40 0,50 0,00 0,00	0,00 0,20 0,50 0,00 0,00	8,60 0,00 5,20 0,00	41,20 6,30 21,10 0,00	0,00 0,00 0,00
	ТВОРОГ 99  МУКА ПШЕ  ЯЙЦА КУРЕ  САХАР ПЕ  СОЛЬ ЙОД  МАСЛО ПО	% ЖИРНОСТИ  ЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ  ИНЫЕ (ШТ.)  СОК  ДИРОВАННАЯ  ОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	89,727 / 89,727 12,727 / 12,727 0,09 um. / 4,17 5,455 / 5,455 0,9 / 0,9 1,9 / 1,9	0,00 1,40 0,50 0,00 0,00 0,00	0,00 0,20 0,50 0,00 0,00 1,80	8,60 0,00 5,20 0,00 0,00	41,20 6,30 21,10 0,00 16,60	0,00 0,00 0,00 0,00
	ТВОРОГ 99  МУКА ПШЕ  ЯЙЦА КУРЬ  САХАР ПЕ  СОЛЬ ЙОД  МАСЛО ПО	иные (шт.) СОК ПИРОВАННАЯ ВИСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ ВАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	89,727 / 89,727 12,727 / 12,727 0,09 um. / 4,17 5,455 / 5,455 0,9 / 0,9	0,00 1,40 0,50 0,00 0,00 0,00 0,00	0,00 0,20 0,50 0,00 0,00 1,80 2,10	8,60 0,00 5,20 0,00 0,00 0,00	41,20 6,30 21,10 0,00 16,60 19,80	0,00 0,00 0,00 0,00 0,00
	ТВОРОГ 99  МУКА ПШЕ  ЯЙЦА КУРІ  САХАР ПЕІ  СОЛЬ ЙОД  МАСЛО ПО  МОЛОКО С	жирности  жничная высш.сорт  мные (шт.)  сок  дированная  рдсолнечное рафинированое  мадко-сливочное несоленое  жлущенное с сахаром 8,5% жирности	89,727 / 89,727 / 12,727 / 12,727 / 0,09 um. / 4,17 / 5,455 / 5,455 / 0,9 / 0,9 / 1,9 / 1,9 / 2,727 / 2,727 / 14,545 / 14,545 /	0,00 1,40 0,50 0,00 0,00 0,00 0,00 1,00	0,00 0,20 0,50 0,00 0,00 1,80 2,10 1,20	8,60 0,00 5,20 0,00 0,00 0,00 7,90	41,20 6,30 21,10 0,00 16,60 19,80 46,30	0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00
	ТВОРОГ 99  МУКА ПШЕ  ЯЙЦА КУРІ  САХАР ПЕ  СОЛЬ ЙОД  МАСЛО ПО  МАСЛО СЛ  МОЛОКО С	жирности  жничная высш.сорт  мные (шт.)  сок  дированная  рдсолнечное рафинированое  радко-сливочное несоленое  стущенное с сахаром 8,5% жирности	89,727 / 89,727 12,727 / 12,727 0,09 wm. / 4,17 5,455 / 5,455 0,9 / 0,9 1,9 / 1,9 2,727 / 2,727 14,545 / 14,545 180	0,00 1,40 0,50 0,00 0,00 0,00 0,00 1,00 <b>0,08</b>	0,00 0,20 0,50 0,00 0,00 1,80 2,10 1,20 <b>0,00</b>	8,60 0,00 5,20 0,00 0,00 0,00 7,90 <b>0,16</b>	41,20 6,30 21,10 0,00 16,60 19,80 46,30 <b>0,96</b>	0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00
2010	ТВОРОГ 99  МУКА ПШЕ  ЯЙЦА КУРЕ  САХАР ПЕ: СОЛЬ ЙОД  МАСЛО ПО: МОЛОКО О  96  ЧАЙ ЧЕРН	жирности  жничная высш.сорт  мные (шт.)  сок  дированная  ждсолнечное рафинированое  кадко-сливочное несоленое  жгущенное с сахаром 8,5% жирности  ЧАЙ  ый байховый	89,727/ 89,727 12,727/ 12,727 0,09 wm./ 4,17 5,455/5,455 0,9/0,9 1,9/1,9 2,727/2,727 14,545/ 14,545 180 0,4/0,4	0,00 1,40 0,50 0,00 0,00 0,00 1,00 0,08 0,10	0,00 0,20 0,50 0,00 0,00 1,80 2,10 1,20 <b>0,00</b> 0,00	8,60 0,00 5,20 0,00 0,00 0,00 7,90 <b>0,16</b> 0,20	41,20 6,30 21,10 0,00 16,60 19,80 46,30 <b>0,96</b>	0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000
	ТВОРОГ 99  МУКА ПШЕ  ЯЙЦА КУРІ  САХАР ПЕ  СОЛЬ ЙОД  МАСЛО ПО  МАСЛО СЛ  МОЛОКО С	жирности  жничная высш.сорт  шные (шт.)  сок  шрованная  дсолнечное рафинированое  адко-сливочное несоленое  сущенное с сахаром 8,5% жирности  ЧАЙ  ый байховый  ьевая	89,727/ 89,727 12,727/ 12,727 0,09 wm./ 4,17 5,455/5,455 0,9/0,9 1,9/1,9 2,727/2,727 14,545/ 14,545 180 0,4/0,4 122,4/122,4	0,00  1,40  0,50  0,00  0,00  0,00  1,00  0,08  0,10  0,00	0,00 0,20 0,50 0,00 0,00 1,80 2,10 1,20 0,00 0,00 0,00	8,60  0,00  5,20  0,00  0,00  7,90  0,16  0,20  0,00	41,20 6,30 21,10 0,00 16,60 19,80 46,30 <b>0,96</b> 1,00 0,00	0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000
	ТВОРОГ 99  МУКА ПШЕ  ЯЙЦА КУРЕ  САХАР ПЕ: СОЛЬ ЙОД  МАСЛО ПО: МОЛОКО О  96  ЧАЙ ЧЕРН	жирности  жничная высш.сорт  шные (шт.)  сок  шрованная  рдсолнечное рафинированое  идко-сливочное несоленое  жущенное с сахаром 8,5% жирности  ЧАЙ ый байховый  ьевая  БАТОН НАРЕЗНОЙ	89,727/ 89,727 12,727/ 12,727 0,09 wm./ 4,17 5,455/5,455 0,9/0,9 1,9/1,9 2,727/2,727 14,545/ 14,545 180 0,4/0,4	0,00 1,40 0,50 0,00 0,00 0,00 1,00 0,08 0,10	0,00 0,20 0,50 0,00 0,00 1,80 2,10 1,20 <b>0,00</b> 0,00	8,60 0,00 5,20 0,00 0,00 0,00 7,90 <b>0,16</b> 0,20	41,20 6,30 21,10 0,00 16,60 19,80 46,30 <b>0,96</b>	0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000 0,000

ст.медсестра	БОМИНА Е Н
повар	Ефимова A Н∖Бучина HЕ