

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 8"
Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

17 сентября 2024 г.

Сад 12_3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * сахар-песок, * крупа пшеничная, вода питьевая, * масло сливочное ярмолпрод)	180	5,96	6,21	21,87	168,26	0,71
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * сахар-песок, * какао порошок)	190	4,57	4,62	13,32	114,27	0,77
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,79	0,35	17,12	82,98	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (* масло сливочное ярмолпрод)	7	0,04	6,01	0,06	54,53	0,00
Итого			412	13,36	17,19	52,37	420,04	1,48
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок фруктдрайв 1 л.)	188	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Итого			188	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (* томатная паста, * картофель свежий 2024, * соль йодированная 1 кг, * лавровый лист, * масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, * морковь урожай 2023, * лук репчатый урожай 2023, * капуста урожай 2023, * окорок свиной с/м, * сметана 15%)	180/20/9	4,52	10,28	7,01	139,18	9,29
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (* молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло сливочное ярмолпрод, * мука в/с липецкая, вода питьевая, * соль йодированная 1 кг, * филе минтая с/м, * яйцо столовое 1 категория, * масло подсолнечное 0,9 л, * лук репчатый урожай 2023)	95	23,66	8,66	8,18	205,84	1,42
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* соль йодированная 1 кг, * масло сливочное ярмолпрод, * картофель свежий 2024, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	135	3,10	4,83	18,03	128,48	8,42
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы свежие)	22	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗАМ.СМОРОДИНЫ (* черная смородина, вода питьевая, * сахар-песок, * лимонная кислота)	180	0,19	0,08	19,76	81,96	16,36
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	53	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
Итого			694	35,04	24,25	75,09	662,99	36,69
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* творог 9,0% весовой палех, * сахар-песок, * соль йодированная 1 кг, * яйцо столовое 1 категория, * крупа манная 0,7, * сухари панировочные, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло сливочное ярмолпрод, * масло подсолнечное 0,9 л, * молоко сгущенное)	160/20	29,57	20,05	37,25	453,15	0,46
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	53	4,22	0,53	25,88	125,43	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	189	5,54	3,78	9,20	93,49	1,01
Итого			422	39,33	24,36	72,33	672,07	1,47
Всего				88,69	66,04	217,55	1 833,10	41,08

Ст. медсестра

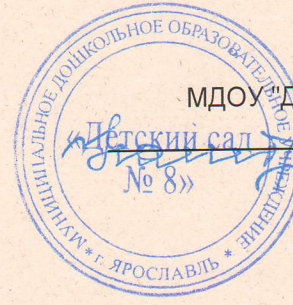
Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ
17 сентября 2024 г.
Ясли 12_3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, вода питьевая, * крупа пшеничная, * сахар-песок, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло сливочное ярмолпрод)	150	4,74	4,80	17,45	132,82	0,56
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, * какао порошок, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * сахар-песок)	160	3,79	3,89	11,18	95,89	0,65
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,65	0,33	16,28	78,92	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (* масло сливочное ярмолпрод)	7	0,03	5,64	0,05	51,16	0,00
Итого			350	11,21	14,66	44,96	358,79	1,21
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок "мой" яблочный 0,2л)	126	0,63	0,13	12,76	54,32	2,53
Итого			126	0,63	0,13	12,76	54,32	2,53
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (* томатная паста, вода питьевая, * лук репчатый урожай 2023, * капуста урожай 2023, * морковь урожай 2023, * соль йодированная 1 кг, * лавровый лист, * картофель свежий 2024, * масло подсолнечное 0,9 л, * окорок свиной с/м, * сметана 15%)	150/17/7	3,64	8,27	5,71	112,43	7,55
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* масло сливочное ярмолпрод, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * соль йодированная 1 кг, * картофель свежий 2024)	110	2,49	3,81	14,50	102,60	6,76
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (* молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло сливочное ярмолпрод, * мука в/с липецкая, вода питьевая, * соль йодированная 1 кг, * филе минтая с/м, * яйцо столовое 1 категория, * масло подсолнечное 0,9 л, * лук репчатый урожай 2023)	65	10,28	5,54	5,41	112,89	0,71
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы свежие)	14	0,16	0,00	0,52	2,80	0,80
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗАМ, СМОРОДИНЫ (* черная смородина, вода питьевая, * сахар-песок, * лимонная кислота)	150	0,16	0,07	15,92	66,03	13,07
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			553	19,40	18,01	59,13	479,42	28,89
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* творог 9,0% весовой палех, * сахар-песок, * соль йодированная 1 кг, * яйцо столовое 1 категория, * крупа манная 0,7, * сухари панировочные, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло сливочное ярмолпрод, * масло подсолнечное 0,9 л, * молоко сгущенное)	130/20	24,46	16,92	32,25	383,41	0,39
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	149	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
Итого			319	30,46	20,12	49,37	505,21	1,19
Всего				61,70	52,92	166,22	1 397,74	33,82

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.