

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

№ 8»

**МЕНЮ**

1 октября 2024 г.

Сад 12\_3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*крупа пшеничная, вода питьевая, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,23	5,44	19,01	146,79	0,62
	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *какао порошок, вода питьевая)	170	4,02	4,04	11,66	100,09	0,68
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,42	0,30	14,86	72,04	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	6	0,03	5,35	0,05	48,52	0,00
<b>Итого</b>			<b>386</b>	<b>11,70</b>	<b>15,13</b>	<b>45,58</b>	<b>367,44</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	162	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>162</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,76</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*лавровый лист, *капуста урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, *томатная паста, *морковь урожай 2023, *картофель свежий 2024, *лук репчатый урожай 2023, *окорок свиной с/м, *сметана 15%)	180/20/9	3,93	8,78	6,07	119,65	8,12
2012	268	СУФЛЕ ИЗ МИНТАЯ (*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	11,64	6,95	7,11	137,91	0,83
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *картофель свежий 2024, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	140	3,86	4,99	24,14	157,40	11,50
	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	28	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	0,18	0,08	17,30	71,87	15,10
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	46	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
<b>Итого</b>			<b>668</b>	<b>23,18</b>	<b>21,20</b>	<b>76,73</b>	<b>594,36</b>	<b>36,75</b>
<b>Ужин</b>								
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, *сахари панировочные, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	140/20	25,75	17,56	32,59	395,99	0,41
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	46	3,68	0,46	22,56	109,35	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	166	4,86	3,31	8,06	81,92	0,88
<b>Итого</b>			<b>372</b>	<b>34,29</b>	<b>21,33</b>	<b>63,21</b>	<b>587,26</b>	<b>1,29</b>
<b>Всего</b>				<b>70,13</b>	<b>57,90</b>	<b>203,28</b>	<b>1 627,06</b>	<b>40,78</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

№ 8 Л. Н. НАГИБИН

**МЕНЮ**

1 октября 2024 г.

Ясли 12\_3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *крупа пшеничная, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,40	4,47	15,96	122,57	0,52
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *какао порошок, вода питьевая)	150	3,63	3,64	10,48	89,97	0,61
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	31	2,46	0,31	15,09	73,16	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,03	5,50	0,05	49,87	0,00
<b>Итого</b>			<b>338</b>	<b>10,52</b>	<b>13,92</b>	<b>41,58</b>	<b>335,57</b>	<b>1,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	119	0,59	0,12	11,97	50,96	2,37
<b>Итого</b>			<b>119</b>	<b>0,59</b>	<b>0,12</b>	<b>11,97</b>	<b>50,96</b>	<b>2,37</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*соль йодированная 1 кг, *картофель свежий 2024, *капуста урожай 2023, *томатная паста, *лук репчатый урожай 2023, *лавровый лист, *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023, вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15%)	150/17/7	3,40	7,75	5,27	104,94	7,02
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель свежий 2024, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	100	2,84	3,66	17,79	115,88	8,48
2012	268	СУФЛЕ ИЗ МИНТАЯ (*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)	45	8,39	4,96	5,20	99,44	0,60
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	19	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	0,06	14,76	61,36	12,93
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	37	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
<b>Итого</b>			<b>525</b>	<b>17,62</b>	<b>16,75</b>	<b>60,61</b>	<b>467,09</b>	<b>29,83</b>
<b>Ужин</b>								
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)	120/20	22,75	15,52	29,97	354,48	0,38
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	19	1,48	0,19	9,09	44,08	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	139	4,09	2,79	6,79	69,01	0,74
<b>Итого</b>			<b>298</b>	<b>28,32</b>	<b>18,50</b>	<b>45,85</b>	<b>467,57</b>	<b>1,12</b>
<b>Всего</b>				<b>57,05</b>	<b>49,29</b>	<b>160,01</b>	<b>1 321,19</b>	<b>34,45</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.