



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

МЕНЮ

20 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 <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *крупа пшеничная, *сахар-песок, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)</small>	150	4,23	4,01	16,35	119,09	0,48
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *чай черный, *сахар-песок)</small>	150	2,63	2,83	8,53	70,80	0,49
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))</small>	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(*масло сливочное ярмолпрод)</small>	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>(*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)</small>	12	2,98	3,04	0,00	39,92	0,08
Итого			349	12,31	15,99	39,68	353,71	1,05
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ <small>(*груши св.)</small>	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2008	77	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ <small>(*свекла урожай 2023, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *сметана 15%)</small>	150/7	1,40	2,48	9,70	66,92	4,18
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ <small>(*пикша, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)</small>	50	9,70	2,16	4,41	75,89	0,44
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *картофель свежий 2024)</small>	110	2,42	3,21	14,38	96,49	6,75
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(* помидоры свежие)</small>	22	0,20	0,05	0,76	4,80	2,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)</small>	150	0,00	0,00	7,87	31,45	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ <small>(* хлеб дарницкий)</small>	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			539	17,12	8,30	58,32	377,55	13,37
Ужин								
2012	332	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СВИНИНОЙ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *картофель свежий 2024, *зеленый горошек 400 гр., *капуста урожай 2023, * окорок свиной с/м)</small>	200	8,14	14,86	14,04	223,60	10,20
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)</small>	150	0,06	0,00	8,00	32,20	0,01
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА <small>(*мука в/с липецкая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л)</small>	50	8,80	11,06	30,03	254,76	0,13
Итого			400	17,00	25,92	52,07	510,56	10,34
Всего				47,03	50,71	165,57	1 312,32	27,76

Ст. медсестра _____

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

20 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 (вода питьевая, *сахар-песок, *крупа пшеничная, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	170	4,81	4,86	18,63	138,26	0,54
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок, *чай черный)	180	3,13	3,40	10,32	85,16	0,58
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	16	3,99	4,07	0,00	53,43	0,11
Итого			403	14,40	18,44	43,75	400,75	1,23
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ (*груши св.)	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2008	77	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *сметана 15%)	200/10	1,82	3,67	12,55	90,87	5,40
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*пикша, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	80	11,68	3,43	7,10	105,99	0,64
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *картофель свежий 2024, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	130	2,86	3,49	16,98	111,26	7,98
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	33	0,30	0,08	1,14	7,20	3,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			683	20,06	11,07	68,65	456,02	17,02
Ужин								
2012	332	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СВИНИНОЙ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *картофель свежий 2024, *зеленый горошек 400 гр., *капуста урожай 2023, *окорок свиной с/м)	220	9,09	16,82	15,82	251,98	11,24
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,69	0,02
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (*мука в/с липецкая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	8,53	11,17	29,55	252,76	0,13
Итого			450	17,70	27,99	55,21	544,43	11,39
Всего				52,76	58,00	183,11	1 471,70	32,64

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.