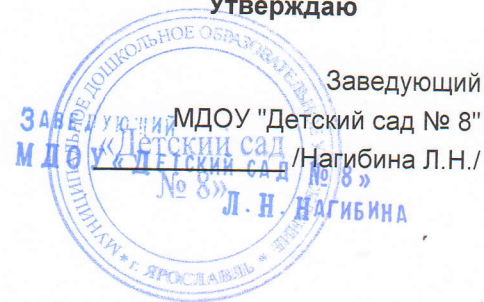


Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

3 октября 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								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*крупка манная 0,7, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	130	3,92	4,06	16,06	116,68	0,47
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар-песок, *чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	150	3,28	3,56	10,55	88,22	0,61
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	25	1,97	0,25	12,10	58,64	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	70	6,51	10,80	1,12	127,73	0,09
Итого			383	15,75	24,48	39,90	443,77	1,17
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	136	0,68	0,14	13,71	58,36	2,71
Итого			136	0,68	0,14	13,71	58,36	2,71
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*горбуша потр.бг с/м, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	150	11,28	5,08	11,58	137,22	6,15
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	120	4,29	4,22	27,39	164,81	0,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (*говядина б/к 1-2 кг фас. с/м (тазовая часть), *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	65	10,95	11,86	9,68	189,07	0,21
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (вода питьевая, *курага, *сахар-песок, *лимонная кислота)	150	0,30	0,00	20,84	41,67	0,25
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	43	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			528	29,54	21,48	86,45	614,37	6,61
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палех, *соль йодированная 1 кг, *крупка манная 0,7, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *изюм фас. темный, *масло сливочное ярмолпрод, *сухари панировочные, *сметана 15%, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	150/30	26,25	17,86	48,66	465,37	0,53
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	43	3,43	0,43	21,04	102,00	0,00
Итого			403	29,77	18,29	69,87	568,40	0,55
Всего				75,74	64,39	209,93	1 684,90	11,04

Ст.медсестра

Фирсова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 8»
/Нагибина Л.Н./
№ 8 Л. Н. НАГИБИНА

МЕНЮ

3 октября 2024 г.

Сад 12_3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, * сахар-песок, вода питьевая, * крупа манная 0,7, * молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, * масло сливочное яромлпрод)	150	3,85	4,02	15,63	114,20	0,46
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, * чай черный, * сахар-песок, * молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск)	180	3,37	3,65	10,73	90,03	0,62
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	21	1,69	0,21	10,38	50,31	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (* масло сливочное яромлпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (* яйцо столовое 1 категория, * молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, * масло подсолнечное 0,9 л, * масло сливочное яромлпрод)	60	5,51	9,20	0,94	108,69	0,08
Итого			417	14,49	22,89	37,75	415,73	1,16
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок фруктдрайв 1 л)	166	0,93	0,23	17,28	75,89	1,40
Итого			166	0,93	0,23	17,28	75,89	1,40
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (* горбуша потр. бг с/м, * картофель свежий 2024, * морковь урожай 2023, * лук репчатый урожай 2023, * томатная паста, * масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	180	11,46	5,06	11,78	138,68	6,24
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, * масло сливочное яромлпрод, * соль йодированная 1 кг)	120	4,32	4,16	27,59	165,22	0,00
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (* говядина б/к 1-2 кг фас. с/м (тазовая часть), * батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, * сухари панировочные, * масло подсолнечное 0,9 л, * лук репчатый урожай 2023, * яйцо столовое 1 категория)	65	11,04	11,70	9,78	188,23	0,22
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (вода питьевая, * лимонная кислота, * курага, * сахар-песок)	180	0,36	0,00	25,00	50,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	46	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			591	30,58	21,32	95,35	644,13	6,76
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* творог 9,0% весовой пахек, * соль йодированная 1 кг, * крупа манная 0,7, * сахар-песок, * яйцо столовое 1 категория, * изюм фас. темный, * масло сливочное яромлпрод, * сухари панировочные, * сметана 15%, * масло подсолнечное 0,9 л, * молоко сгущенное)	155/30	26,54	18,41	49,07	473,12	0,53
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,16	0,89	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	37	2,93	0,37	17,96	87,04	0,00
Итого			402	29,54	18,78	67,19	561,05	0,55
Всего				75,54	63,22	217,57	1 696,80	9,87

Ст. медсестра



Фирстова А.Г.