

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ
16 октября 2024 г.
Сад 12_3

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *рис длинный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,71	6,73	23,44	178,42	0,82
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* молоко ультра. 3,2% жирности, *кофейный напиток, *сахар-песок, вода питьевая)	180	3,97	3,99	16,76	119,35	0,31
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,64	0,33	16,17	78,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			400	12,39	16,86	56,44	428,67	1,13
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груши св.)	167	0,67	0,50	17,23	78,63	8,36
Итого			167	0,67	0,50	17,23	78,63	8,36
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (*макаронные изделия в ассортименте группа а 0,9, *лавровый лист, *соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, *морковь урожай 2023, *томатная паста, *цыпленок охл.)	180/30	5,66	5,60	7,79	104,57	1,10
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас. россия дет лит. с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липцевая, вода питьевая, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста)	60/30	15,10	10,82	6,65	183,67	14,65
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупка гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,68	4,54	25,67	166,00	0,00
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
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
Итого			630	29,77	21,36	71,12	596,27	15,75
Ужин								
2010	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ (*масло подсолнечное 0,9 л, *лавровый лист, *лук репчатый урожай 2023, *картофель свежий 2024, *томатная паста, *морковь урожай 2023, *цыпленок охл., *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	215	8,13	10,00	23,81	218,55	11,96
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	158	4,59	3,96	6,33	83,86	1,11
2014	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ (*масло подсолнечное 0,9 л, *дрожжи 100 гр, *мука в/с липцевая, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *ванилин, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *джем юлиана)	50	4,91	6,21	38,40	226,91	2,74
Итого			423	17,63	20,17	68,54	529,32	15,81
Всего				60,46	58,89	213,33	1 632,89	41,05

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *рис длинный, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,56	5,40	18,82	142,96	0,66
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* молоко ультра, 3,2% жирности, вода питьевая, *сахар-песок, *кофейный напиток)	160	3,39	3,40	14,56	102,80	0,26
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	32	2,53	0,32	15,55	75,35	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			349	10,55	14,93	49,00	373,61	0,92
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груши св.)	160	0,64	0,48	16,49	75,26	8,01
Итого			160	0,64	0,48	16,49	75,26	8,01
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (*томатная паста, вода питьевая, *масло подсолнечное 0,9 л, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *лук репчатый урожай 2023, *лавровый лист, *цыпленок охл.)	150/25	4,67	4,83	6,40	87,89	0,90
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас, россия дет.лит. с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста)	50/30	12,44	8,10	2,81	148,82	9,78
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	4,35	3,46	19,67	127,12	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,66	30,64	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	38	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			523	24,13	16,71	53,61	477,14	10,68
Ужин								
2010	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ (*соль йодированная 1 кг, *картофель свежий 2024, *томатная паста, *морковь урожай 2023, *лавровый лист, *цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *масло сливочное ярмолпрод)	205	7,80	9,59	22,86	209,58	11,47
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	152	4,41	3,80	6,08	80,60	1,06
2014	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ (*джем юлиана, *мука в/с липецкая, *сахар-песок, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *масло сливочное ярмолпрод, *ванилин)	55	4,87	5,89	36,97	219,03	2,63
Итого			412	17,08	19,28	65,91	509,21	15,16
Всего				52,40	51,40	185,01	1 435,22	34,77

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.