

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

22 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		
Завтрак								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *пшено 0,8, *рис длинный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,43	5,62	23,93	168,94	0,64
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	180	3,50	3,80	11,11	93,54	0,65
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	28	2,26	0,28	13,86	67,20	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			394	11,26	15,51	48,97	382,18	1,29
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (*яблоки свежие)	140	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			140	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *огурцы соленые, *соль йодированная 1 кг, *картофель свежий 2024, *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023, *цыпленок охл., *сметана 15% 0,5, *крупа перловая)	180/0/9	5,44	6,17	12,43	127,81	4,28
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*цыпленок охл., *томатная паста, *мука в/с липецкая, *лук репчатый урожай 2023, *лавровый лист, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023)	65/30	7,16	9,13	5,53	133,48	2,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,33	4,21	24,06	155,21	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	38	1,14	0,08	2,41	14,78	1,52
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,11	36,42	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	49	2,25	0,50	21,25	102,00	0,00
Итого			651	21,32	20,09	74,79	569,70	7,80
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *творог 9,0% весовой палек, *яйцо столовое 1 категория, *крупа манная 0,7, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *сахари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	140/20	27,38	18,27	31,71	405,88	0,44
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	188	5,73	4,98	9,49	106,22	2,82
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	29	1,68	1,34	21,40	104,42	0,00
Итого			377	34,79	24,59	62,60	616,52	3,26
Всего				67,97	60,79	201,16	1 634,70	18,35

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

22 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *пшено 0,8, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *рис длинный, *масло сливочное ярмоллпрод)	150	4,14	4,32	18,44	130,03	0,48
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	160	2,83	3,07	9,23	76,64	0,53
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	25	2,02	0,25	12,39	60,07	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмоллпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			341	9,06	13,45	40,13	319,24	1,01
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (*яблоки свежие)	128	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			128	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (вода питьевая, *огурцы соленые, *картофель свежий 2024, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *цыпленок охл., *морковь урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *крупа перловая, *сметана 15% 0,5)	150/0/7	3,75	4,45	9,75	94,48	3,34
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*лук репчатый урожай 2023, *цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *соль йодированная 1 кг, *лавровый лист, *томатная паста, *мука в/с липецкая, *морковь урожай 2023)	45/26	5,43	6,88	4,00	100,15	1,55
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмоллпрод)	80	3,87	2,91	17,52	111,65	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	26	0,79	0,05	1,64	10,09	1,04
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	6,92	27,64	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	36	1,80	0,40	17,00	81,60	0,00
Итого			520	15,64	14,69	56,83	425,61	5,93
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*сахар-песок, *творог 9,0% весовой галех, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *крупа манная 0,7, *сухари панировочные, *яйцо столовое 1 категория, *масло сливочное ярмоллпрод, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	110/20	21,76	14,24	26,30	324,43	0,35
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	26	1,55	1,23	19,64	95,86	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	129	3,93	3,42	6,51	72,89	1,94
Итого			285	27,24	18,89	52,45	493,18	2,29
Всего				52,54	47,63	164,21	1 304,33	15,23

Ст.медсестра



Фирстова А.Г.