

Утверждаю

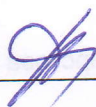
Заведующий
МДОУ "Детский сад № 8"
/Нагибина Л.Н./
Л.Н. НАГИБИНА
МДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 8"
г. Ярославль

МЕНЮ
24 сентября 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		
Завтрак								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*соль йодированная 1 кг, *пшено 0,8, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, вода питьевая, *рис длинный, *масло сливочное ярмолпрод)	150	5,48	5,81	23,90	170,74	0,64
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, * молоко ультра. 3,2% жирности, *сахар-песок)	160	3,83	4,02	11,85	99,29	0,32
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	37	2,99	0,37	18,33	88,85	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			355	12,37	16,01	54,15	411,38	0,96
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (*яблоки свежие)	102	1,34	1,34	33,14	148,48	13,44
Итого			102	1,34	1,34	33,14	148,48	13,44
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (*огурцы соленые, *морковь урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *цыпленок охл., вода питьевая, *крупа перловая, *картофель свежий 2024, *лук репчатый урожай 2023, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг)	150/0/7	4,30	5,84	9,60	108,76	4,26
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста, *мука в/с липецкая, *лавровый лист, *цыпленок охл., *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023)	55/30	6,75	8,33	5,30	123,70	1,87
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	5,18	4,02	23,43	150,36	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	34	1,01	0,07	2,11	13,04	1,34
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	9,03	36,11	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	45	1,80	0,40	17,00	81,60	0,00
Итого			551	19,04	18,66	66,47	513,57	7,47
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*крупа манная 0,7, *масло сливочное ярмолпрод, *сухари панировочные, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *творог 9,0% весовой палех, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	145/20	27,57	18,42	34,51	419,32	0,44
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	32	1,89	1,50	24,00	117,12	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	170	5,17	4,49	8,56	95,77	2,54
Итого			367	34,63	24,41	67,07	632,21	2,98
Всего				67,38	60,42	220,83	1 705,64	24,85

Ст.медсестра



Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

24 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено 0,8, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *рис длинный, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,19	5,50	22,90	162,74	0,60
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко ультра. 3,2% жирности, *сахар-песок)	180	3,38	3,55	10,55	88,08	0,29
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	29	2,36	0,29	14,46	70,11	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			395	11,00	15,15	47,98	373,43	0,89
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (*яблоки свежие)	80	1,34	1,34	33,14	148,48	13,44
Итого			80	1,34	1,34	33,14	148,48	13,44
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (*соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *крупа перловая, *лук репчатый урожай 2023, *картофель свежий 2024, *масло подсолнечное 0,9 л, *огурцы соленые, *сметана 15%, *морковь урожай 2023, *цыпленок охл.)	180/0/9	4,49	5,59	9,00	104,85	3,94
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*мука в/с липецкая, *цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста, *лавровый лист, *морковь урожай 2023)	65/30	6,42	8,21	5,16	120,80	1,91
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,05	4,13	22,85	148,58	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	35	1,06	0,07	2,22	13,66	1,41
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	8,63	34,52	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	45	2,25	0,50	21,25	102,00	0,00
Итого			644	19,27	18,50	69,11	524,41	7,26
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палех, *сухари панировочные, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *крупа манная 0,7, *яйцо столовое 1 категория, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	135/20	24,70	16,56	29,98	372,36	0,39
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	178	5,43	4,72	8,99	100,57	2,67
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	25	1,48	1,18	18,85	91,99	0,00
Итого			358	31,61	22,46	57,82	564,92	3,06
Всего				63,22	57,45	208,05	1 611,24	24,65

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.