

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

25 октября 2024 г.

Сад 12_3

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, крупа ячневая, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,16	5,51	18,66	145,67	0,66
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,06	0,00	8,18	32,91	0,01
2012	1	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)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			396	7,69	11,62	41,64	302,48	0,67
II Завтрак								
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	163	4,72	4,07	6,51	86,27	1,14
Итого			163	4,72	4,07	6,51	86,27	1,14
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СВИНИНОЙ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста, вода питьевая, * окорок свиной с/м)	200/31	4,63	10,02	7,47	138,75	0,41
2012	268	СУФЛЕ РЫБНОЕ ИЗ ГОРБУШИ (*масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *горбуша потр.бг с/м, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория)	75	21,36	17,12	3,13	251,59	0,45
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *молоко ультра 3,2% жирности, *картофель свежий 2024, *соль йодированная 1 кг)	135	3,84	4,89	23,47	153,74	11,03
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА (* шиповник, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *изюм фас темный)	180	0,40	0,14	15,79	70,73	28,88
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	52	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
Итого			673	33,56	32,57	71,19	718,14	40,77
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (*капуста урожай 2023, *говядина б/к 1-2 кг фас с/м (тазовая часть), *рис длинный, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	180	16,56	14,87	24,33	298,36	20,12
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (*сметана 15% 0,5, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая)	40	0,57	1,52	2,28	28,33	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок, *лимоны)	180/10/5	0,11	0,01	11,57	47,63	0,89
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	27	2,18	0,27	13,37	64,78	0,00
Итого			442	19,42	16,67	51,55	439,10	21,01
Всего				65,39	64,93	170,89	1 545,99	63,59

Ст. медсестра



Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

25 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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, крупа ячневая, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,85	5,19	17,35	136,44	0,62
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	160	0,06	0,00	8,25	33,18	0,01
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	34	2,72	0,34	16,69	80,92	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			351	7,70	11,34	42,36	303,04	0,63
II Завтрак								
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр. г. рыбинск)	153	4,43	3,82	6,10	80,88	1,07
Итого			153	4,43	3,82	6,10	80,88	1,07
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СВИНИНОЙ (*макаронные изделия в ассортименте группа а 0,9, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста, вода питьевая, *окорок свиной с/м)	150/24	4,07	8,71	6,64	121,32	0,36
2012	268	СУФЛЕ РЫБНОЕ ИЗ ГОРБУШИ (*масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *горбуша потр.бг с/м, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория)	70	20,96	16,63	3,21	246,05	0,44
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *картофель свежий 2024, *молоко ультра 3,2% жирности)	110	3,17	4,03	19,33	126,57	9,08
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА (*шиповник, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *изюм фас. темный)	150	0,38	0,13	14,87	66,68	27,20
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	47	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			551	31,25	29,82	61,12	643,29	37,08
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (*халуста урожай 2023, *говядина б/к 1-2 кг фас. с/м (газовая часть), *рис длинный, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	170	15,96	14,48	23,24	288,12	19,22
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *сметана 15% 0,5, *мука в/с липецкая)	30	0,44	1,18	1,77	21,94	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок, *лимоны)	180/8/4	0,14	0,01	9,63	40,19	1,03
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,63	0,20	10,03	48,64	0,00
Итого			412	18,17	15,87	44,67	398,89	20,25
Всего				61,55	60,85	154,25	1 426,10	59,03

Ст. медсестра



Фирстова А.Г.