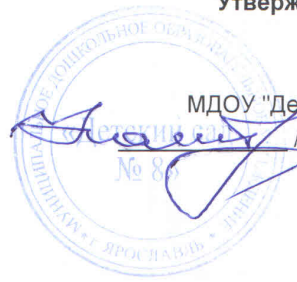


Утверждаю

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

## МЕНЮ

2 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (*сахар-песок, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *пшено 0,8, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	150	5,58	5,39	27,17	180,20	0,42
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок)	160	3,41	3,54	14,63	104,86	0,59
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	43	3,47	0,43	21,27	103,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>12,53</b>	<b>15,17</b>	<b>63,14</b>	<b>440,68</b>	<b>1,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ (*бананы)	177	2,66	0,89	37,24	170,23	17,73
<b>Итого</b>			<b>177</b>	<b>2,66</b>	<b>0,89</b>	<b>37,24</b>	<b>170,23</b>	<b>17,73</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*капуста урожай 2023, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр., *масло подсолнечное 0,9 л. вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг, *петрушка сушеная)	150/177	3,72	8,09	7,11	116,49	5,73
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (*окорок свиной с/м, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг)	50/50	9,51	23,42	3,61	263,49	0,67
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис длинный, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	110	2,71	3,06	28,45	152,07	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь с/м, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	9,03	36,11	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	42	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>576</b>	<b>18,66</b>	<b>34,89</b>	<b>65,16</b>	<b>649,76</b>	<b>6,40</b>
<b>Ужин</b>								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассортименте группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	110	4,01	3,68	25,56	151,41	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	15	3,47	4,47	0,00	24,00	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйцо столовое 1 категория)	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	160	3,00	3,25	10,04	82,19	0,55
2008	-	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	31	2,51	0,31	15,43	74,80	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	42	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>20,67</b>	<b>16,52</b>	<b>68,26</b>	<b>475,29</b>	<b>0,55</b>
<b>Всего</b>				<b>54,52</b>	<b>67,47</b>	<b>233,80</b>	<b>1 735,96</b>	<b>25,69</b>

Ст.медсестра

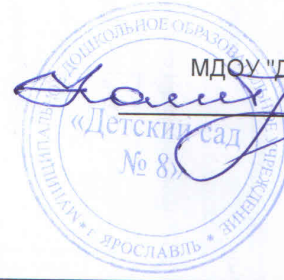
Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



**МЕНЮ**  
2 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (*сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *пшено 0,8, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	180	6,73	6,60	32,62	217,42	0,50
	ТК №028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *кофейный напиток, вода питьевая)	180	3,83	3,99	16,68	118,90	0,67
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	43	3,47	0,43	21,28	103,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>14,10</b>	<b>16,83</b>	<b>70,65</b>	<b>491,95</b>	<b>1,17</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	173	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
<b>Итого</b>			<b>173</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>17,82</b>	<b>77,40</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*капуста урожай 2023, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр., *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг, *петрушка сушеная)	180/23/9	4,38	9,61	8,30	137,79	6,61
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (*окорок свиной с/м, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг)	50/50	9,49	23,34	3,71	262,99	0,68
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис длинный, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	130	3,19	3,57	33,59	179,23	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь с/м, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	10,76	43,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	52	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>674</b>	<b>20,46</b>	<b>36,92</b>	<b>77,56</b>	<b>725,01</b>	<b>7,29</b>
<b>Ужин</b>								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	130	4,77	4,57	30,43	181,98	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	15	3,47	4,47	0,00	24,00	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйцо столовое 1 категория)	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	160	3,00	3,24	9,72	80,81	0,55
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	31	2,51	0,31	15,43	74,80	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	42	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>418</b>	<b>21,43</b>	<b>17,40</b>	<b>72,81</b>	<b>504,48</b>	<b>0,55</b>
<b>Всего</b>				<b>56,89</b>	<b>71,33</b>	<b>238,84</b>	<b>1 798,84</b>	<b>12,61</b>

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.