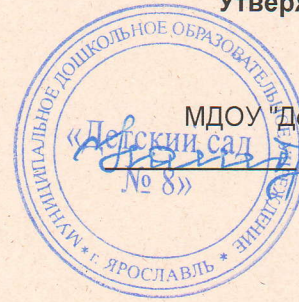


Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

3 сентября 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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*сахар-песок, *крупа пшеничная, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	150	5,00	5,18	18,47	141,30	0,60
	TKN№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	170	4,05	4,12	12,18	103,06	0,69
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,78	0,35	17,04	82,60	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,04	6,30	0,06	57,15	0,00
Итого			363	11,87	15,95	47,75	384,11	1,29
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	129	0,65	0,13	13,07	55,65	2,59
Итого			129	0,65	0,13	13,07	55,65	2,59
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (вода питьевая, *лавровый лист, *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *томатная паста, *лук репчатый урожай 2023, *капуста урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *окорок свиной с/м, *сметана 15%)	150/17/7	4,01	9,23	6,05	123,97	7,98
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель свежий 2024, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	115	2,93	4,23	17,83	121,55	8,43
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *пикша, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023)	55	9,86	5,82	5,90	115,41	0,49
	TKN№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	21	0,16	0,00	0,52	2,80	0,80
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗАМ,СМОРОДИНЫ (*черная смородина, вода питьевая, *сахар-песок, *лимонная кислота)	150	0,17	0,07	16,62	69,01	14,15
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	42	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			557	19,80	19,67	63,99	515,41	31,85
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палех, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория, *крупа манная 0,7, *сухари панировочные, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	140/20	26,55	17,47	34,54	406,37	0,43
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	21	1,69	0,21	10,40	50,40	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	159	4,66	3,18	7,74	78,65	0,85
Итого			340	32,90	20,86	52,68	535,42	1,28
Всего				65,22	56,61	177,49	1 490,59	37,01

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 8»

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ
3 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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, * крупа пшеничная, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, * сахар-песок, * масло сливочное ярмолпрод)	180	5,46	5,69	19,90	153,56	0,65
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * какао порошок, * сахар-песок)	175	4,19	4,22	12,12	104,31	0,71
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	32	2,53	0,32	15,52	75,21	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (* масло сливочное ярмолпрод)	7	0,03	5,61	0,05	50,86	0,00
Итого			394	12,21	15,84	47,59	383,94	1,36
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок фруктдрайв 1 л)	175	0,92	0,23	17,05	74,88	1,38
Итого			175	0,92	0,23	17,05	74,88	1,38
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (* морковь урожай 2023, * масло подсолнечное 0,9 л, * картофель свежий 2024, * лук репчатый урожай 2023, вода питьевая, * соль йодированная 1 кг, * томатная паста, * лавровый лист, * капуста урожай 2023, * окорок свиной с/м, * сметана 15%)	180/20/9	4,28	9,62	6,37	129,85	8,48
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (* молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло сливочное ярмолпрод, * мука в/с липецкая, вода питьевая, * соль йодированная 1 кг, * пикша, * яйцо столовое 1 категория, * масло подсолнечное 0,9 л, * лук репчатый урожай 2023)	65	12,52	7,08	7,34	143,21	0,63
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* соль йодированная 1 кг, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * картофель свежий 2024, * масло сливочное ярмолпрод)	125	3,10	4,38	18,69	127,04	8,82
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы свежие)	29	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗАМ.СМОРОДИНЫ (* черная смородина, вода питьевая, * сахар-песок, * лимонная кислота)	180	0,18	0,07	17,97	74,51	14,90
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	48	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
Итого			656	23,65	21,55	72,48	582,14	34,03
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* творог 9,0% весовой палех, * сахар-песок, * соль йодированная 1 кг, * яйцо столовое 1 категория, * крупа манная 0,7, * сухари панировочные, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло сливочное ярмолпрод, * масло подсолнечное 0,9 л, * молоко сгущенное)	145/20	27,44	18,13	34,26	414,97	0,43
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	48	3,84	0,48	23,57	114,24	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (* молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	173	5,07	3,46	8,41	85,48	0,92
Итого			386	36,35	22,07	66,24	614,69	1,35
Всего				73,13	59,69	203,36	1 655,65	38,12

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.