

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

30 октября 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *рис длинный, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,90	6,88	26,75	193,90	0,81
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *кофейный напиток, *сахар-песок)	180	4,66	4,84	20,21	144,32	0,81
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,65	0,33	16,27	78,87	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			400	13,28	17,86	63,30	469,59	1,62
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груши св.)	265	1,06	0,80	27,31	124,61	13,26
Итого			265	1,06	0,80	27,31	124,61	13,26
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (*лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *лавровый лист, *томатная паста, *макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло подсолнечное 0,9 л, *цыпленок охл.)	180/30	5,34	5,75	8,90	109,03	0,88
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас. россия дет.пит. с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая вода питьевая, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста)	70/30	17,36	12,44	7,65	211,22	16,85
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,66	4,44	25,56	164,65	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (*масло подсолнечное 0,9 л, *свекла урожай 2023)	50	0,67	2,33	3,90	39,17	1,83
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (*яблоки свежие, вода питьевая, *сахар-песок, *лимонная кислота)	180	0,17	0,17	15,85	66,72	1,78
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
Итого			690	32,53	25,53	83,19	694,12	21,34
Ужин								
2010	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ (*морковь урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *лавровый лист, *картофель свежий 2024, *томатная паста, *масло сливочное ярмолпрод)	245	8,27	10,78	28,49	244,97	14,22
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (*соль йодированная 1 кг, *ванилин, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория, *творог 9,0% весовой палех, *мука в/с липецкая, *масло подсолнечное 0,9 л, *дрожжи 100 гр, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	60	9,03	8,92	33,11	249,53	0,14
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	216	6,26	5,39	8,63	114,33	1,51
Итого			521	23,56	25,09	70,23	608,83	15,87
Всего				70,43	69,28	244,03	1 897,15	52,09

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

30 октября 2024 г.

Ясли 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *рис длинный, *масло сливочное ярмолпрод)	150	5,13	5,99	22,95	167,32	0,70
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок, *кофейный напиток)	160	4,31	4,48	18,54	132,88	0,75
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,64	0,33	16,20	78,54	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			350	12,15	16,61	57,76	431,24	1,45
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груши св.)	276	1,10	0,83	28,41	129,65	13,79
Итого			276	1,10	0,83	28,41	129,65	13,79
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (вода питьевая, *масло подсолнечное 0,9 л, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *томатная паста, *лавровый лист, *лук репчатый урожай 2023, *макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *цыпленок охл.)	150/25	4,81	5,13	7,81	96,82	0,81
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас. россия дет.пит с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста)	60/30	16,71	10,60	2,76	193,31	12,59
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	4,56	3,60	20,58	132,70	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (*масло подсолнечное 0,9 л, *свекла урожай 2023)	40	0,51	2,04	3,04	32,48	1,42
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (вода питьевая, *лимонная кислота, *сахар-песок, *яблоки свежие)	150	0,15	0,15	13,85	58,28	1,55
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			575	29,41	21,84	65,11	596,26	16,37
Ужин								
2010	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ (*лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *лавровый лист, *морковь урожай 2023, *цыпленок охл., *соль йодированная 1 кг, *картофель свежий 2024, *томатная паста, *масло сливочное ярмолпрод)	255	8,60	11,13	29,64	254,15	14,81
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (*сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *мука в/с липецкая, *дрожжи 100 гр, *ванилин, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод, *творог 9,0% весовой палек, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	60	9,58	9,64	34,63	264,23	0,14
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	224	6,51	5,61	8,98	118,99	1,57
Итого			539	24,69	26,38	73,25	637,37	16,52
Всего				67,35	65,66	224,53	1 794,52	48,13

Ст. медсестра



Фирстова А.Г.