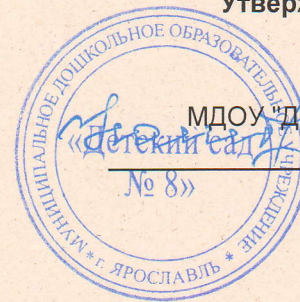


Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

**МЕНЮ**

5 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, вода питьевая, *крупа манная 0,7, *масло сливочное ярмолпрод)	130	3,28	3,29	13,29	95,93	0,40
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *чай черный, *сахар-песок)	150	2,80	3,03	8,91	74,77	0,52
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,64	0,21	10,07	48,79	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	60	5,63	9,19	0,97	109,12	0,08
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>13,42</b>	<b>21,53</b>	<b>33,31</b>	<b>381,11</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	110	0,55	0,11	11,11	47,30	2,20
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,55</b>	<b>0,11</b>	<b>11,11</b>	<b>47,30</b>	<b>2,20</b>
<b>Обед</b>								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*горбуша потр б/к с/м, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	150	7,35	3,64	9,36	99,50	4,76
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (*говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (тазовая часть), *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	55	9,23	10,17	8,20	160,91	0,19
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	100	3,60	3,63	22,94	138,85	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (*лимонная кислота, вода питьевая, *сахар-песок, *груши св.)	150	0,10	0,10	18,09	73,52	0,58
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	36	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>491</b>	<b>23,00</b>	<b>17,86</b>	<b>75,55</b>	<b>554,38</b>	<b>5,53</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палек, *соль йодированная 1 кг, *крупа манная 0,7, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *изюм фас. темный, *масло сливочное ярмолпрод, *сухари панировочные, *сметана 15%, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	115/30	19,90	13,93	39,06	364,82	0,42
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,84	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	36	2,88	0,36	17,68	85,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>361</b>	<b>22,85</b>	<b>14,29</b>	<b>56,89</b>	<b>451,34</b>	<b>0,44</b>
<b>Всего</b>				<b>59,82</b>	<b>53,79</b>	<b>176,86</b>	<b>1 434,13</b>	<b>9,17</b>

Ст. медсестра

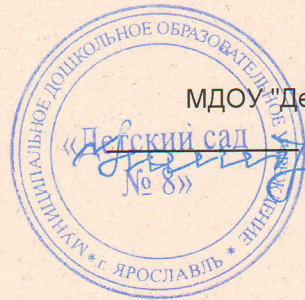
Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 8»

Нагибина Л.Н./



# МЕНЮ

## 5 сентября 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *крупа манная 0,7, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	150	3,38	3,47	13,78	100,01	0,40
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *чай черный, вода питьевая)	180	2,95	3,20	9,36	78,86	0,55
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	18	1,46	0,18	8,95	43,39	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	50	4,89	7,93	0,83	94,42	0,06
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>12,75</b>	<b>20,59</b>	<b>32,99</b>	<b>369,18</b>	<b>1,01</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	169	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>169</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,76</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*горбуша потр.бг с/м, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	180	7,77	3,74	9,87	104,15	5,03
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (*говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (газовая часть), *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	60	9,45	10,04	8,49	161,92	0,19
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	125	4,72	3,85	30,20	174,50	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (*лимонная кислота, *сахар-песок, *груши св., вода питьевая)	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>595</b>	<b>25,46</b>	<b>18,15</b>	<b>91,46</b>	<b>630,77</b>	<b>5,92</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палек, *соль йодированная 1 кг, *крупа манная 0,7, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *изюм фас. темный, *масло сливочное ярмолпрод, *сухари панировочные, *сметана 15%, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	150/30	25,41	17,31	43,95	437,98	0,49
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,06	0,00	0,13	0,77	0,01
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	32	2,54	0,32	15,60	75,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>392</b>	<b>28,01</b>	<b>17,63</b>	<b>59,68</b>	<b>514,35</b>	<b>0,50</b>
<b>Всего</b>				<b>67,18</b>	<b>56,61</b>	<b>201,89</b>	<b>1 592,30</b>	<b>8,87</b>

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.