

Утверждаю

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



МЕНЮ
6 ноября 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассортименте группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)</small>	150	3,95	4,76	13,02	111,53	0,56
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)</small>	160	3,85	3,91	11,21	96,45	0,66
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))</small>	33	2,66	0,33	16,30	79,02	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(*масло сливочное ярмолпрод)</small>	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			350	10,53	14,81	40,60	339,50	1,22
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ <small>(*яблоки свежие)</small>	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, *цыпленок охл., *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг)</small>	150/18/7	4,56	5,56	8,07	101,09	5,30
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(*соль йодированная 1 кг, *картофель свежий 2024, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)</small>	110	3,06	3,96	19,24	125,22	9,16
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ <small>(*соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *лавровый лист, *томатная паста, *цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *мука в/с липецкая, *морковь урожай 2023)</small>	45/30	5,73	7,15	3,95	103,20	1,21
	TK №044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА <small>(вода питьевая, *сахар-песок, *чернослив, *лимонная кислота)</small>	150	0,34	0,11	15,07	64,06	0,18
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ <small>(*хлеб дарницкий)</small>	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			550	16,41	17,10	63,29	475,17	15,85
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *крупа манная 0,7, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория, *творог 9,0% весовой палек, *сахар-песок, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)</small>	120/20	23,03	15,20	27,95	345,03	0,36
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)</small>	150	4,61	4,00	7,63	85,37	2,27
2008		ПРЯНИКИ <small>(*пряники)</small>	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			320	29,41	20,61	58,08	540,20	2,63
Всего				56,95	53,12	176,77	1 421,17	25,70

Ст. медсестра



Фирстова А.Г.

Утверждаю



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

МЕНЮ
6 ноября 2024 г.
Сад 12_3

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассортименте группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)</small>	180	4,74	5,67	15,82	134,16	0,68
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)</small>	180	4,32	4,39	12,66	108,48	0,74
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))</small>	33	2,65	0,33	16,26	78,84	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(*масло сливочное ярмолпрод)</small>	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			400	11,78	16,20	44,81	373,98	1,42
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ <small>(*яблоки свежие)</small>	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, *цыпленок охл., *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг)</small>	180/20/9	5,33	6,42	9,42	117,47	6,19
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(*картофель свежий 2024, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)</small>	150	4,18	5,40	26,27	170,99	12,52
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ <small>(*соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *лавровый лист, *томатная паста, *цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *мука в/с липецкая, *морковь урожай 2023)</small>	65/30	7,22	9,22	4,98	132,19	1,51
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА <small>(вода питьевая, *чернослив, *лимонная кислота, *сахар-песок)</small>	180	0,41	0,13	17,98	76,46	0,22
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ <small>(*хлеб дарницкий)</small>	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			684	20,54	21,57	79,85	599,11	20,44
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *крупа манная 0,7, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория, *творог 9,0% весовой палех, *сахар-песок, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)</small>	120/20	23,06	15,13	27,64	343,35	0,36
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)</small>	180	5,53	4,81	9,16	102,46	2,72
2008		ПРЯНИКИ <small>(*пряники)</small>	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			350	30,36	21,35	59,30	555,61	3,08
Всего				63,28	59,72	198,76	1 595,00	30,94

Ст.медсестра _____

Фирстова А.Г.