

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 8»
/Нагибина Л.Н./
Л.Н. НАГИБИНА

МЕНЮ

8 октября 2024 г.

Ясли 12_3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено 0,8, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок, *рис длинный, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,84	5,18	21,45	152,48	0,56
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	160	3,31	3,58	10,68	89,08	0,61
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,65	0,33	16,29	78,97	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			350	10,87	14,90	48,49	373,03	1,17
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (*яблоки свежие)	122	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			122	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (вода питьевая, *морковь урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *крупа перловая, *картофель свежий 2024, *огурцы соленые, *лук репчатый урожай 2023, *цыпленок охл., *сметана 15%, *масло подсолнечное 0,9 л)	150/0/7	4,25	5,34	11,20	110,25	3,85
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *лавровый лист, *масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста, *цыпленок охл., *морковь урожай 2023)	50/30	6,18	7,74	4,90	114,48	1,81
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	4,53	3,72	20,47	133,32	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	29	0,88	0,06	1,84	11,36	1,17
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,92	31,66	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	1,80	0,40	17,00	81,60	0,00
Итого			536	17,64	17,26	63,33	482,67	6,83
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *сухари панировочные, *яйцо столовое 1 категория, *творог 9,0% весовой палех, *крупа манная 0,7, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	135/20	24,68	16,59	31,25	377,36	0,40
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	150	4,58	3,98	7,58	84,75	2,25
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	29	1,72	1,37	21,82	106,47	0,00
Итого			334	30,98	21,94	60,65	568,58	2,65
Всего				60,09	54,70	187,27	1 490,58	16,65

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

МДОУ «Детский сад № 8» / Нагибина Л.Н./

Л.Н. НАГИБИНА

МЕНЮ

8 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*рис длинный, *пшено 0,8, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,44	5,72	24,02	170,32	0,63
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	180	3,48	3,77	10,98	92,69	0,64
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	31	2,48	0,31	15,21	73,70	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			397	11,47	15,61	50,28	389,21	1,27
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (*яблоки свежие)	114	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			114	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (*сметана 15%, *картофель свежий 2024, *крупа перловая, вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *огурцы соленые)	180/0/9	5,30	5,97	12,40	125,22	4,21
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*лавровый лист, *цыпленок охл., *томатная паста, *соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023)	65/30	6,90	8,95	5,47	130,71	1,91
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,29	4,22	23,91	154,54	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	37	1,11	0,07	2,32	14,28	1,47
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,06	36,21	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	47	2,25	0,50	21,25	102,00	0,00
Итого			648	20,85	19,71	74,41	562,96	7,59
Ужин								
2010	26	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *крупа манная 0,7, *творог 9,0% весовой палех, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория, *сахар-песок, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	145/20	26,60	17,71	32,40	400,24	0,43
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	187	5,73	4,98	9,49	106,22	2,82
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	27	1,60	1,27	20,32	99,18	0,00
Итого			379	33,93	23,96	62,21	605,64	3,25
Всего				66,85	59,88	201,70	1 624,11	18,11

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.