

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

9 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*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)	180	4,74	5,67	15,82	134,16	0,68
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	180	4,32	4,39	12,66	108,48	0,74
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,65	0,33	16,26	78,84	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	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								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	179	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Итого			179	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*букла 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, *окорок свиной с/м, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг)	180/20/9	4,57	10,04	9,76	148,41	6,48
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (*окорок свиной с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *чеснок)	80	11,68	23,79	13,29	314,24	0,38
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель свежий 2024, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	150	4,18	5,65	26,26	173,24	12,52
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*чернослив, *сахар-песок, вода питьевая, *лимонная кислота)	180	0,37	0,12	17,10	72,58	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			669	24,20	40,00	87,61	810,47	19,58
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	175	10,64	14,01	4,64	187,82	0,48
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	16	4,08	4,16	0,00	54,61	0,11
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (*зеленый горошек 400 гр.)	45	1,35	0,09	2,82	17,34	1,79
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*джем колиана, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,14	0,02	27,18	107,13	3,45
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,80	0,35	17,19	83,30	0,00
Итого			451	19,01	18,63	51,83	450,20	5,83
Всего				55,95	75,07	202,01	1 712,65	28,27

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю



Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

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

Л.Н. НАГИБИНА

МЕНЮ

9 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	150	3,93	4,93	13,18	113,52	0,56
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	160	3,84	3,91	11,43	97,22	0,66
2012	3	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	10,49	14,98	40,97	342,21	1,22
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	127	0,64	0,13	12,85	54,73	2,55
Итого			127	0,64	0,13	12,85	54,73	2,55
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*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, * окорок свиной с/м, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг)	150/18/7	3,85	8,29	8,10	122,98	5,47
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (* окорок свиной с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *чеснок)	60	8,75	18,00	10,03	237,21	0,31
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *картофель свежий 2024)	110	3,07	3,94	19,23	125,10	9,16
TK№044		КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*лимонная кислота, *сахар-песок, *чернослив, вода питьевая)	150	0,30	0,10	14,20	60,24	0,16
TK №003		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			535	18,69	30,65	68,52	627,13	15,10
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	155	9,51	12,27	4,10	165,29	0,42
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	12	3,08	3,14	0,00	41,26	0,08
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (*зеленый горошек 400 гр.)	45	1,34	0,09	2,81	17,31	1,78
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*джем юлиана, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,12	0,02	22,71	89,51	2,91
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,80	0,35	17,19	83,30	0,00
Итого			397	16,85	15,87	46,81	396,67	5,19
Всего				46,67	61,63	169,15	1 420,74	24,06

Ст. медсестра

Фирсова А.Г.