

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
22 апреля 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (*пшено 0,8, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,32	6,82	19,96	158,90	0,38
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (вода питьевая, *кофейный напиток, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	160	3,43	3,59	14,72	105,82	0,60
2008		ПЕЧЕНЬЕ (*печенье в ассортименте)	33	2,48	3,25	24,65	138,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>10,30</b>	<b>19,47</b>	<b>59,40</b>	<b>455,35</b>	<b>0,98</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>12,63</b>	<b>53,75</b>	<b>2,50</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр., *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, * окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг)	150/17/7	3,71	7,94	7,07	114,94	5,38
2012	260	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*филе минтая с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	50	6,53	2,18	4,89	65,63	0,56
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис круглый 0,9, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	110	2,71	2,89	28,45	150,59	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВ.МОР.ВИШНИ (*вишня, *сахар-песок, вода питьевая)	150	0,09	0,02	9,00	36,96	0,66
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>524</b>	<b>15,76</b>	<b>13,35</b>	<b>66,37</b>	<b>449,72</b>	<b>6,60</b>
<b>Ужин</b>								
2010	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ (*соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, * окорок свиной с/м, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *лавровый лист, *масло сливочное ярмолпрод)	200	6,61	16,44	13,92	230,61	6,98
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (* чай в голд 100 гр., вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,60	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,29</b>	<b>16,64</b>	<b>33,58</b>	<b>317,81</b>	<b>7,00</b>
<b>Всего</b>				<b>34,98</b>	<b>49,59</b>	<b>171,98</b>	<b>1 276,63</b>	<b>17,08</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.



Утверждаю



Заведующий  
МДОУ "Детский сад № 8"  
(Нагибина Л.Н.)

## МЕНЮ

22 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (*пшено 0,8, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,16	8,23	23,57	189,62	0,46
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*сахар-песок, *кофейный напиток, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	3,89	4,04	16,82	120,12	0,68
2008		ПЕЧЕНЬЕ (*печенье в ассортименте)	33	2,48	3,24	24,58	137,76	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11,60</b>	<b>21,32</b>	<b>65,04</b>	<b>500,00</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>17,82</b>	<b>77,40</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр., *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, * окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг)	180/23/9	4,37	9,65	8,30	138,02	6,35
2012	260	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*филе минтая с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	80	10,57	3,58	7,86	106,27	0,91
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис круглый 0,9, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	130	3,20	3,60	33,66	179,84	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВ.МОР.ВИШНИ (*вишня, *сахар-песок, вода питьевая)	200	0,11	0,03	12,00	49,30	0,85
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>672</b>	<b>21,65</b>	<b>17,26</b>	<b>83,02</b>	<b>575,43</b>	<b>8,11</b>
<b>Ужин</b>								
2010	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ (* окорок свиной с/м, *морковь урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *лавровый лист, *масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста, *картофель урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *масло сливочное ярмолпрод)	250	8,26	20,55	17,42	288,31	8,75
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,64	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>9,94</b>	<b>20,75</b>	<b>37,08</b>	<b>375,55</b>	<b>8,77</b>
<b>Всего</b>				<b>44,09</b>	<b>59,51</b>	<b>202,96</b>	<b>1 528,38</b>	<b>21,62</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.