

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

## МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Ясли 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 МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *крупа манная 0,7, *масло сливочное ярмолпрод)	135	4,39	4,58	16,08	123,40	0,58
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,05	0,00	9,79	39,30	0,01
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
	ТК№0 13	ПЕЧЕНЬЕ (*печенье в ассортименте)	25	4,20	5,40	22,35	141,60	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)	70	6,19	10,14	1,30	121,30	0,11
<b>Итого</b>			<b>388</b>	<b>14,90</b>	<b>25,93</b>	<b>49,59</b>	<b>478,10</b>	<b>0,70</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>								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*горбуша потр бг с/м, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	150	7,53	3,41	10,60	103,38	5,49
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (*окосок свиной с/м, *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	8,76	18,76	10,74	246,82	0,21
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	110	4,03	3,48	25,68	150,16	0,00
	ТК№0 44	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*лимонная кислота, *сахар-песок, вода питьевая, *чернослив)	150	0,34	0,11	14,42	61,44	0,18
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	24	1,90	0,24	11,66	56,53	0,00
<b>Итого</b>			<b>494</b>	<b>22,56</b>	<b>26,00</b>	<b>73,10</b>	<b>618,33</b>	<b>5,88</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% жирной 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% 0,5, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	135/30	23,30	15,11	44,87	413,13	0,48
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,90	0,02
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	26	1,55	1,23	19,69	96,08	0,00
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>24,93</b>	<b>16,34</b>	<b>64,72</b>	<b>510,11</b>	<b>0,50</b>
<b>Всего</b>				<b>63,02</b>	<b>68,40</b>	<b>200,04</b>	<b>1 660,29</b>	<b>9,58</b>

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
3 мая 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 МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, * крупа манная 0,7, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, * сахар-песок, * масло сливочное ярмолпрод)	150	5,09	5,34	18,59	143,27	0,66
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный, вода питьевая, * сахар-песок)	180	0,08	0,00	11,74	47,23	0,02
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (* масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
	ТК№0 13	ПЕЧЕНЬЕ (* печенье в ассортименте)	25	4,20	5,40	22,35	141,60	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)	70	6,24	10,17	1,29	121,78	0,11
<b>Итого</b>			<b>432</b>	<b>15,68</b>	<b>26,72</b>	<b>54,04</b>	<b>506,38</b>	<b>0,79</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок фруктодрейв 1 л)	178	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>178</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 (* сырбуша потр. б/г с/м, * картофель урожай 2023, * морковь урожай 2023, * лук репчатый урожай 2023, * томатная паста, * масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	180	9,05	4,36	12,66	126,18	6,53
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (* окорок свиной с/м, * 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)	70	9,81	21,33	11,82	278,59	0,24
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия в ассорт. группа в, * масло сливочное ярмолпрод, * соль йодированная 1 кг)	130	4,73	4,63	30,21	181,64	0,00
	ТК№0 44	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (* лимонная кислота, * сахар-песок, вода питьевая, * чернослив)	180	0,41	0,13	17,68	75,35	0,22
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	24	1,90	0,24	11,66	56,53	0,00
<b>Итого</b>			<b>584</b>	<b>25,90</b>	<b>30,69</b>	<b>84,03</b>	<b>718,29</b>	<b>6,99</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* творог 9,0% весовой палех, * соль йодированная 1 кг, * крупа манная 0,7, * сахар-песок, * яйцо столовое 1 категория, * изюм фас. темный, * масло сливочное ярмолпрод, * сухари панировочные, * сметана 15% 0,5, * масло подсолнечное 0,9 л, * молоко сгущенное)	165/30	27,63	19,20	51,06	492,93	0,54
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,94	0,02
2008		ПРЯНИКИ (* пряники)	26	1,54	1,23	19,56	95,45	0,00
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>29,25</b>	<b>20,43</b>	<b>70,78</b>	<b>589,32</b>	<b>0,56</b>
<b>Всего</b>				<b>71,79</b>	<b>78,08</b>	<b>226,61</b>	<b>1 891,99</b>	<b>9,78</b>

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.