

Утверждаю

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



МЕНЮ
3 июня 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	37	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (*пшено 0,8, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,48	4,83	17,93	133,89	0,52
	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	160	3,40	3,57	14,18	103,31	0,60
2008		ПЕЧЕНЬЕ (*печенье в ассортименте)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			337	9,45	16,17	47,06	373,10	1,12
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	133	0,67	0,13	13,47	57,33	2,67
Итого			133	0,67	0,13	13,47	57,33	2,67
Обед								
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)	150/177	3,50	8,00	7,04	114,65	5,27
2012	260	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*рыба минтай б/г, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	5,78	1,99	4,52	59,37	0,34
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис круглый 0,9, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	110	2,71	3,06	28,45	152,07	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВ.МОР.ВИШНИ (*вишня, *сахар-песок, вода питьевая)	150	0,09	0,02	12,45	50,86	0,68
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			524	14,80	13,39	69,42	458,55	6,29
Ужин								
2008	260	АЗУ СО СВИНИНОЙ (*окорок свиной с/м, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *мука в/с липецкая, *огурцы соленые, *картофель урожай 2023)	200	12,58	31,85	18,50	411,97	9,41
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,07	0,00	9,82	39,50	0,01
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			400	14,25	32,05	38,14	499,07	9,42
Всего				39,17	61,74	168,09	1 388,05	19,50

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю



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

МЕНЮ
3 июня 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	37	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, вода питьевая, * пшено 0,8, * сахар-песок, * молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, * масло сливочное ярмоппрод)	180	5,47	6,11	21,20	162,63	0,62
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (* молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, вода питьевая, * кофейный напиток, * сахар-песок)	180	3,90	4,04	16,85	120,27	0,68
2008		ПЕЧЕНЬЕ (* печенье в ассортименте)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (* масло сливочное ярмоппрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			387	10,94	17,92	53,00	418,80	1,30
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок фруктдрейв 1 л)	183	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
Итого			183	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
Обед								
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	4,06	9,15	8,17	131,82	6,25
2012	260	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (* рыба минтай б/г, * батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), * молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, * лук репчатый урожай 2023, * масло подсолнечное 0,9 л)	80	9,74	2,94	7,84	97,28	0,62
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (* рис круглый 0,9, * соль йодированная 1 кг, * масло сливочное ярмоппрод)	130	3,20	3,70	33,70	180,89	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВ.МОР.ВИШНИ (* вишня, * сахар-песок, вода питьевая)	200	0,10	0,03	15,85	64,59	0,78
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			672	20,50	16,22	86,76	576,58	7,65
Ужин								
2008	260	АЗУ СО СВИНИНОЙ (* окорок свиной с/м, * масло подсолнечное 0,9 л, * лук репчатый урожай 2023, * томатная паста, * мука в/с липецкая, * огурцы соленые, * картофель урожай 2023)	250	15,69	39,33	23,24	510,86	11,54
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный, вода питьевая, * сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,67	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
Итого			450	17,37	39,53	42,90	598,13	11,56
Всего				49,71	73,85	200,48	1 670,91	24,11

Ст. медсестра _____

Фирстова А.Г.