

Утверждаю



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

МЕНЮ
4 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *рис круглый 0,9, *пшено 0,8, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,85	4,87	21,59	150,40	0,56
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	160	3,32	3,59	10,93	90,14	0,61
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,63	0,33	16,13	78,20	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			350	10,87	14,60	48,72	371,24	1,17
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	133	0,53	0,53	13,06	62,66	13,33
Итого			133	0,53	0,53	13,06	62,66	13,33
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (*соль йодированная 1 кг, *сметана 15% 0,5, *огурцы соленые, *цыпленок охл., *крупа перловая, *лук репчатый урожай 2023, *картофель урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023, вода питьевая)	150/25/7	5,97	6,86	8,30	119,13	3,84
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*мука в/с липецкая, *томатная паста, *соль йодированная 1 кг, *лавровый лист, *лук репчатый урожай 2023, *цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023)	50/30	9,46	10,34	4,21	148,35	1,81
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	4,50	3,46	20,39	130,61	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	28	0,84	0,06	1,77	10,86	1,12
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	1,80	0,40	17,00	81,60	0,00
Итого			560	22,57	21,12	59,96	523,71	6,77
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*сахар-песок, *сухари панировочные, *масло сливочное ярмолпрод, *крупа манная 0,7, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *творог 9,0% весовой палек, *масло подсолнечное 0,9 л)	130	22,38	13,70	19,84	296,33	0,31
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ (*сметана 15% 0,5, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок)	30	0,53	2,31	4,26	40,08	0,02
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	149	4,53	3,94	7,50	83,90	2,23
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			339	29,21	21,36	54,10	530,11	2,56
Всего				63,18	57,61	175,84	1 487,72	23,83

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю



МЕНЮ

4 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (вода питьевая, *пшено 0,8, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *рис круглый 0,9, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,78	5,97	25,43	179,38	0,67
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	180	3,70	4,02	11,79	99,02	0,68
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,65	0,33	16,25	78,77	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			400	12,20	16,13	53,54	409,67	1,35
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	134	0,53	0,53	13,11	62,85	13,37
Итого			134	0,53	0,53	13,11	62,85	13,37
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (*масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, *огурцы соленые, *цыпленок охл., *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *сметана 15% 0,5, *картофель урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *крупа перловая)	180/30/11	6,96	8,08	9,98	141,05	4,40
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ (*лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *цыпленок охл., *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *лавровый лист, *морковь урожай 2023)	70/30	11,84	13,31	5,82	191,17	2,34
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,67	4,52	25,62	165,68	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	37	1,12	0,07	2,34	14,36	1,48
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	2,25	0,50	21,25	102,00	0,00
Итого			688	27,84	26,48	74,69	652,96	8,22
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*сахари панировочные, *масло сливочное ярмолпрод, *творог 9,0% весовой палех, *соль йодированная 1 кг, *крупа манная 0,7, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л)	150	25,72	16,71	22,77	349,20	0,35
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ (*сметана 15% 0,5, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *сахар-песок)	50	0,88	3,67	7,47	66,64	0,03
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	199	6,04	5,25	10,00	111,87	2,97
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			429	34,41	27,04	62,74	637,51	3,35
Всего				74,98	70,18	204,08	1 762,99	26,29

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.