

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ
5 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								
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)	130	3,43	4,46	11,02	98,54	0,49
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	160	3,77	3,89	11,33	96,39	0,65
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,62	0,33	16,07	77,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			330	9,89	14,49	38,49	325,32	1,14
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 урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг)	150/18/7	3,87	8,93	8,47	130,30	5,40
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ СО СВИНИНОЙ (*картофель урожай 2023, *окорок свиной с/м, *сухари панировочные, *масло сливочное ярмолпрод, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория)	150	10,62	21,80	25,49	340,95	12,04
TK№015		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	31	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
TK№044		КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*сахар-песок, *чернослив, вода питьевая, *лимонная кислота)	150	0,35	0,11	14,78	62,99	0,18
TK №003		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			546	17,80	31,16	66,48	620,04	18,82
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	3,19	3,26	0,00	42,81	0,09
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	45	1,34	0,09	2,81	17,29	1,78
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло в ассортименте, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,08	0,00	21,36	85,67	0,04
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,84	0,35	17,41	84,38	0,00
Итого			397	16,96	15,97	45,68	395,44	2,33
Всего				45,29	61,75	163,50	1 395,53	24,84

Ст. медсестра

Фирсова А.Г.

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 июня 2024 г.
Сад 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 ассортименте группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	150	3,95	4,94	13,14	113,54	0,56
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	180	4,32	4,39	12,63	108,38	0,74
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,64	0,33	16,18	78,43	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			370	10,98	15,47	42,02	352,85	1,30
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фрруктдрейв 1 л)	177	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Итого			177	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, * окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг)	180/20/9	4,53	10,08	9,62	148,03	6,36
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ СО СВИНИНОЙ (*лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *сухари панировочные, * окорок свиной с/м, *картофель урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	170	12,10	24,21	28,57	381,01	13,60
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	31	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*лимонная кислота, *сахар-песок, *чернослив, вода питьевая)	180	0,40	0,13	17,71	75,37	0,22
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			640	20,67	34,82	77,88	710,61	21,38
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	10,69	14,18	4,63	189,72	0,48
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	16	4,10	4,18	0,00	54,98	0,11
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	44	1,34	0,09	2,79	17,22	1,78
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло в ассортименте, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,09	0,00	24,81	99,56	0,04
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,80	0,35	17,19	83,30	0,00
Итого			450	19,02	18,80	49,42	444,78	2,41
Всего				51,63	69,33	187,08	1 586,24	26,53

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.