

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



МЕНЮ

6 марта 2024 г.
Ясли 12_1

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *рис круглый 0,9, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *песок сахарный 1 кг, *масло сливочное 180 гр, 72,5% ярмлпрод)	150	4,1	4,8	18,9	135	0,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (вода питьевая, *кофейный напиток золотой амбар, *песок сахарный 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	160	3,5	3,6	15,3	109	0,6
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,6	0,3	16,1	78	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмлпрод)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
Итого			350	10,3	14,5	50,4	375	1,2
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
Итого			130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СВИНИНОЙ (*масло подсолнечное 0,9 л, *лавровый лист, *морковь урожай 2023, *томатная паста гост, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *макаронные изделия в ассорт. группа а, вода питьевая, * окорок свиной с/м)	150	3,8	7,1	9,3	116	0,4
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья замороженная, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмлпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста гост)	50/30	13,4	8,4	2,1	154	10,21
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (* крупа гречневая 0,9, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмлпрод)	80	4,5	3,5	20,4	131	0
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (*свекла урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	30	0,4	1,4	2,4	24	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *песок сахарный 1 кг, *лимонная кислота, вода питьевая)	150			8,3	33	0
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,7	0,3	17,1	83	0
Итого			530	24,8	20,7	59,6	541	11,71
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ СО СВИНИНОЙ (* окорок свиной с/м, *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста гост, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмлпрод)	220	7,7	15,7	19,9	253	11
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (* мука в/с липецкая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *песок сахарный 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория, *ванилин, *соль йодированная 1 кг, *творог 9,0% весовой палех, *дрожжи 100 гр, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмлпрод)	55	6,9	4,2	21,9	153	0
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	180	5,2	4,5	7,2	95	1,3
Итого			455	19,8	24,4	49	501	12,3
Всего				55,4	60	172,4	1478	31,71

Ст.медсестра _____



Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

6 марта 2024 г.

Сад 12_1

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*песок сахарный 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *рис круглый 0,9, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмоппрод)	180	5	5,9	22,2	162	0,7
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*песок сахарный 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *кофейный напиток золотой амбар)	180	3,9	4,1	16,9	120	0,7
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,6	0,3	16,2	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмоппрод)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
Итого			400	11,6	16,1	55,4	414	1,4
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
Итого			130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СВИНИНОЙ (*масло подсолнечное 0,9 л, *лавровый лист, *морковь урожай 2023, *томатная паста гост, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *макаронные изделия в ассорт. группа а, вода питьевая, * окорок свиной с/м)	180	4,5	8,2	11,4	138	0,6
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья замороженная, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмоппрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста гост)	60/30	15,1	10,8	6,6	184	14,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая 0,9, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмоппрод)	100	5,6	4,5	25,6	166	0
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (*масло подсолнечное 0,9 л, *свекла урожай 2023)	40	0,6	2	3,2	34	1,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *песок сахарный 1 кг, *лимонная кислота, вода питьевая)	180			9,7	39	0
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,3	0,4	21,3	103	0
Итого			640	29,1	25,9	77,8	664	16,7
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ СО СВИНИНОЙ (* окорок свиной с/м, *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста гост, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмоппрод)	220	7,7	15,3	19,8	250	11,2
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *песок сахарный 1 кг, *мука в/с липецкая, *дрожжи 100 гр, *ванилин, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмоппрод, *творог 9,0% весовой палех, *соль йодированная 1 кг)	50	6,2	3,4	21,7	143	0
2008	435	СНЕЖОК (* напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	180	5,2	4,5	7,2	95	1,3
Итого			450	19,1	23,2	48,7	488	12,5
Всего				60,3	65,6	195,3	1627	37,1

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.