

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

6 мая 2024 г.
Ясли 12_3

Сборник рецептов	№ 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 (*сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *пшено, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *масло сливочное ярмопрод)	150	5,00	4,84	19,22	141,17	0,56
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *кофейный напиток)	160	3,52	3,61	15,07	107,73	0,60
2008		ПЕЧЕНЬЕ (*печенье в ассортименте)	32	2,44	3,19	24,18	135,53	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмопрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			350	11,03	17,45	58,54	436,93	1,16
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
Итого			125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С ГОВЯДИНОЙ 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, *говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (тезовая часть), *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг)	150/17/7	5,65	6,15	7,24	107,10	5,54
2012	260	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*филе минтая с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	65	9,06	2,70	6,04	84,87	0,74
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис длинный, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмопрод)	110	2,71	3,39	28,45	155,12	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВ.МОР.ВИШНИ (*вишня, *сахар-песок, вода питьевая)	150	0,09	0,02	11,99	48,90	0,64
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			539	20,23	12,58	70,68	477,59	6,92
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 консервированные нам лимонной к-те, *картофель урожай 2023)	205	7,73	20,05	17,58	282,28	8,43
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,60	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			405	9,41	20,25	37,24	369,48	8,45
Всего				41,30	50,41	179,09	1 337,75	19,03

Ст.медсестра



Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

6 мая 2024 г.
Сад 12_3

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	37	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *пшено, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,89	6,11	22,54	169,74	0,67
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок, *кофейный напиток)	180	3,89	4,03	16,83	120,05	0,67
2008		ПЕЧЕНЬЕ (*печенье в ассортименте)	33	2,48	3,24	24,58	137,78	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			400	12,33	19,19	64,02	480,07	1,34
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
Итого			180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С ГОВЯДИНОЙ 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, *говядина б/к 1-2 кг фас. с/м (газовая часть), *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг)	180/23/9	6,59	7,60	8,39	128,48	6,33
2012	260	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*филе минтая с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	85	11,53	3,46	7,84	109,14	0,96
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис длинный, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	130	3,19	3,59	33,55	179,21	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВ.МОР.ВИШНИ (*вишня, *сахар-песок, вода питьевая)	200	0,11	0,03	15,93	64,95	0,82
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			677	24,82	15,08	86,91	583,78	8,11
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 консервированные нам лимонной к-те, *картофель урожай 2023)	260	16,90	42,18	23,34	541,62	11,49
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,64	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			460	18,58	42,38	43,00	628,86	11,51
Всего				56,63	76,83	211,75	1 770,11	24,56

Ст. медсестра



Фирстова А.Г.