

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

7 июня 2024 г.

Ясли 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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,50	5,14	17,27	134,07	0,56
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *чай черный, вода питьевая)	160	3,32	3,60	10,26	87,58	0,61
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	43	3,44	0,43	21,11	102,34	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			360	11,33	14,98	48,71	376,49	1,17
II Завтрак								
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Итого			150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Обед								
2012		БУЛЬОН ИЗ КУРЫ С ЯЙЦОМ С ГРЕНКАМИ (*цыпленок охл., вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *петрушка сушеная, *яйцо столовое 1 категория, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	145	11,04	8,01	13,12	169,15	1,04
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *картофель урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	110	2,50	3,69	14,54	101,66	6,78
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ГОРБУШИ (*масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *горбуша потр.бг с/м, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория, *чеснок)	80	24,44	17,86	5,01	277,98	0,77
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА (*шиповник, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *изюм фас. темный)	150	0,39	0,14	15,49	69,32	28,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	59	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			544	41,04	30,02	65,23	700,78	36,59
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (*капуста урожай 2023, *говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (тазовая часть), *рис круглый 0,9, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	170	15,56	13,61	22,88	277,27	19,00
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг)	30	0,12	1,61	0,70	17,75	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок, *лимоны)	180/8/4	0,12	0,00	9,99	41,26	0,80
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	26	2,10	0,26	12,89	62,48	0,00
Итого			418	17,90	15,48	46,46	398,76	19,80
Всего				74,62	64,23	166,40	1 555,53	58,61

Ст.медсестра _____

Фирстова А.Г.

Утверждаю



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

МЕНЮ
7 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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, крупа ячневая, *масло сливочное ярмолпрод)	180	6,39	6,89	23,88	184,26	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *чай черный, вода питьевая)	180	4,38	4,74	13,95	117,17	0,82
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			418	14,84	17,94	62,45	472,93	1,62
II Завтрак								
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	179	5,20	4,49	7,18	95,09	1,26
Итого			179	5,20	4,49	7,18	95,09	1,26
Обед								
2012		БУЛЬОН ИЗ КУРЫ С ЯЙЦОМ С ГРЕНКАМИ (*цыпленок охл., вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *петрушка сушеная, *яйцо столовое 1 категория, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	190	12,61	9,07	15,34	193,87	1,97
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	175	3,99	6,27	23,21	165,99	10,85
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ГОРБУШИ (*масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *горбуша потр.б/г с/м, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория, *чеснок)	100	32,40	24,12	4,74	365,19	0,76
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА (*шиповник, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *изюм фас. темный)	180	0,52	0,18	20,66	92,55	37,64
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	87	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
Итого			732	52,85	40,04	85,28	920,93	51,22
Ужин								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (*капуста урожай 2023, *говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (тазовая часть), *рис круглый 0,9, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	220	19,22	17,58	28,55	350,54	26,20
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг)	45	1,68	3,52	3,78	53,85	0,27
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок, *лимоны)	180/10/5	0,12	0,01	15,11	61,88	0,92
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	46	3,65	0,46	22,38	108,50	0,00
Итого			506	24,67	21,57	69,82	574,77	27,39
Всего				97,56	84,04	224,73	2 063,72	81,49

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.