

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

8 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа в , *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)</small>	130	3,50	3,92	11,79	97,10	0,49
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)</small>	160	3,82	3,90	11,49	97,33	0,65
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))</small>	36	2,84	0,36	17,46	84,62	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(*масло сливочное ярмолпрод)</small>	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			333	10,23	13,99	40,81	331,55	1,14
II Завтрак								
2012	400	*МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ <small>(*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *ванилин)</small>	201	5,66	6,25	16,70	147,15	1,04
Итого			201	5,66	6,25	16,70	147,15	1,04
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(*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, *говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (газовая часть), *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг)</small>	150/18/7	4,98	5,58	7,07	98,66	4,67
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(*соль йодированная 1 кг, *картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)</small>	110	2,48	3,07	14,52	95,97	6,77
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ <small>(* окорок свиной с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг)</small>	60	8,44	17,12	9,54	226,16	0,19
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА <small>(*чернослив, *лимонная кислота, *сахар-песок, вода питьевая)</small>	150	0,35	0,11	15,12	64,43	0,19
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ <small>(* хлеб дарницкий)</small>	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			535	18,97	26,20	63,21	566,82	11,82
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)</small>	155	9,45	12,94	4,12	171,22	0,42
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>(*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)</small>	11	2,79	2,84	0,00	37,36	0,08
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ <small>(*кукуруза консервированная)</small>	39	1,17	0,08	2,45	15,09	1,56
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))</small>	38	3,02	0,38	18,55	89,91	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(*сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *чай черный, вода питьевая)</small>	180	4,06	4,38	13,05	108,99	0,75
Итого			423	20,49	20,62	38,17	422,57	2,81
Всего				55,35	67,06	158,89	1 468,09	16,81

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

8 мая 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	150	3,96	4,83	13,16	112,70	0,56
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	180	4,33	4,40	12,67	108,72	0,74
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,77	0,35	17,00	82,41	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			372	11,13	15,39	42,90	356,33	1,30
II Завтрак								
2012	400	*МОЛОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *ванилин)	201	5,66	6,25	16,87	147,86	1,04
Итого			201	5,66	6,25	16,87	147,86	1,04
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ 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, *говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (тазовая часть), *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг)	180/20/9	5,72	7,00	8,75	121,19	5,43
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	130	2,93	3,59	17,11	113,00	7,99
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (* окорок свиной с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг)	80	11,06	23,01	12,72	302,36	0,27
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*чернослив, *сахар-песок, вода питьевая, *лимонная кислота)	180	0,40	0,13	17,72	75,41	0,22
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			649	23,51	34,13	77,50	713,96	13,91
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	10,67	14,09	4,66	188,78	0,48
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	14	3,58	3,65	0,00	47,93	0,10
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	39	1,16	0,08	2,44	15,04	1,55
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	37	2,95	0,37	18,09	87,71	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *чай черный, вода питьевая)	180	4,05	4,37	13,03	108,80	0,75
Итого			445	22,41	22,56	38,22	448,26	2,88
Всего				62,71	78,33	175,49	1 666,41	19,13

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.