

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
**9 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено 0,8, *молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, *сахар-песок, *рис круглый 0,9, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,8	5,1	21	149	0,6
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, *сахар-песок)	160	3,3	3,6	10,5	89	0,6
2012	1	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 ярмолпрод)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>10,8</b>	<b>14,8</b>	<b>47,8</b>	<b>370</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ГРУША (*груши св.)	130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>13,4</b>	<b>61</b>	<b>6,5</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (*лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *сметана 15%, *морковь урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *крупа перловая, *цыпленок охл., *картофель урожай 2023, *огурцы консервированные нам лимонной к-те)	150/25/7	6	6,6	8,7	118	3,8
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ (*лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *цыпленок охл., *мука в/с липецкая, *томатная паста гост, *лавровый лист, *морковь урожай 2023)	50/30	9,4	10,5	4,3	150	1,8
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	4,6	3,6	20,7	134	0
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	30	0,9	0,1	1,9	12	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150			8,1	33	0
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	1,8	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>562</b>	<b>22,7</b>	<b>21,2</b>	<b>60,7</b>	<b>529</b>	<b>6,8</b>
<b>Ужин</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*сухари панировочные, *яйцо столовое 1 категория, *масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, *крупа манная 0,7, *сахар-песок, *творог 9,0% весовой палех, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л)	130	22,7	15,4	19,7	313	0,3
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ (вода питьевая, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *сахар-песок)	25	0,5	1,6	4,4	34	0
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	30	1,8	1,4	22,5	110	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск)	150	4,6	4	7,6	85	2,3
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>29,6</b>	<b>22,4</b>	<b>54,2</b>	<b>542</b>	<b>2,6</b>
<b>Всего</b>				<b>63,6</b>	<b>58,8</b>	<b>176,1</b>	<b>1502</b>	<b>17,1</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю



Заведующий

МДОУ Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

**МЕНЮ**  
9 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено 0,8, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *рис круглый 0,9, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,9	6,1	25,4	180	0,7
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	180	3,8	4,1	11,7	100	0,7
2012	1	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 ярмолпрод)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12,4</b>	<b>16,3</b>	<b>53,4</b>	<b>412</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ГРУША (*груши св.)	130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>13,4</b>	<b>61</b>	<b>6,5</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (вода питьевая, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *цыпленок охл., *огурцы консервированные нам лимонной к-те, *соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *крупка перловая, *сметана 15%)	180/30/9	6,9	7,5	9,9	135	4,3
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ (*соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *цыпленок охл., *томатная паста гост, *мука в/с липецкая, *лук репчатый урожай 2023, *лавровый лист, *морковь урожай 2023)	70/30	11,8	13,3	5,7	190	2,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупка гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,6	4,6	25,6	166	0
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	40	1,2	0,1	2,5	16	1,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180			9,7	39	0
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	2,3	0,5	21,3	102	0
<b>Итого</b>			<b>689</b>	<b>27,8</b>	<b>26</b>	<b>74,7</b>	<b>648</b>	<b>8,1</b>
<b>Ужин</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*крупка манная 0,7, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *творог 9,0% весовой палек, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л)	150	26,2	16,7	22,8	352	0,4
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ (*сметана 15%, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *мука в/с липецкая, *сахар-песок)	45	0,7	2,6	7,1	55	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	200	6,1	5,3	10,1	113	3
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	30	1,8	1,4	22,5	110	0
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>34,8</b>	<b>26</b>	<b>62,5</b>	<b>630</b>	<b>3,4</b>
<b>Всего</b>				<b>75,5</b>	<b>68,7</b>	<b>204</b>	<b>1751</b>	<b>19,4</b>

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.