

Утверждаю

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



МЕНЮ
10 апреля 2024 г.
Сад 12_3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа а, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	150	3,9	4,8	13	112	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	180	4,3	4,4	12,7	109	0,7
2012	3	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
Итого			370	10,9	15,3	42	353	1,3
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрейв 1 л)	180	1	0,2	17,8	78	1,4
Итого			180	1	0,2	17,8	78	1,4
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста гост, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, * окорок свиной с/м, *сметана 15% , *соль йодированная 1 кг)	180/20/9	4,5	9,8	9,6	147	6,3
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ СО СВИНИНОЙ (* окорок свиной с/м, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод, *лук репчатый урожай 2023, *картофель урожай 2023, *сухари панировочные, *яйцо столовое 1 категория)	170	12,3	24,2	28,2	381	13,4
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	30	0,2		0,8	4	1,2
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*лимонная кислота, *чернослив, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,4	0,1	17,7	75	0,2
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	3,4	0,4	21,2	102	0
Итого			639	20,8	34,5	77,5	709	21,1
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	10,7	14,3	4,7	191	0,5
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр полутвердый 45%)	16	4,1	4,2		55	0,1
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	45	1,4	0,1	2,8	18	1,8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло яблочное 600 гр., *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,1		25,9	103	0
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,8	0,4	17,2	84	0
Итого			451	19,1	19	50,6	451	2,4
Всего				51,8	69	187,9	1591	26,2

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

10 апреля 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 (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассортименте группа а, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	130	3,4	4,2	11,3	97	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	160	3,9	3,9	11,3	97	0,6
2012	3	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
Итого			330	10	14,2	38,9	326	1,1
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	123	0,6	0,1	12,4	53	2,5
Итого			123	0,6	0,1	12,4	53	2,5
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста гост, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, * окорок свиной с/м, *сметана 15% , *соль йодированная 1 кг)	150/18/7	3,8	8,4	8,2	124	5,3
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ СО СВИНИНОЙ (* окорок свиной с/м, *сухари панировочные, *масло сливочное ярмолпрод, *картофель урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	150	10,6	21,3	25	334	11,9
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (* огурцы свежие)	30	0,2		0,8	4	1,2
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*чернослив, *лимонная кислота, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,4	0,1	15,2	65	0,2
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,7	0,3	17	82	0
Итого			545	17,7	30,1	66,2	609	18,6
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)	155	9,5	13,1	4,1	174	0,4
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр полутвердый 45%)	12	3,1	3,2		41	0,1
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	45	1,4	0,1	2,8	18	1,8
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло яблочное 600 гр., *сахар-песок, *крахмал картофельный , *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,1		21,3	86	0
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,8	0,4	17,4	84	0
Итого			397	16,9	16,8	45,6	403	2,3
Всего				45,2	61,2	163,1	1391	24,5

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.