

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
11 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *крупа пшеничная, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,78	4,79	17,26	131,98	0,56
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар-песок, *какао порошок, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	160	3,85	3,92	11,38	97,14	0,66
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,65	0,33	16,24	78,72	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,03	5,71	0,06	51,76	0,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>11,31</b>	<b>14,75</b>	<b>44,94</b>	<b>359,60</b>	<b>1,22</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	123	0,62	0,12	12,43	52,92	2,46
<b>Итого</b>			<b>123</b>	<b>0,62</b>	<b>0,12</b>	<b>12,43</b>	<b>52,92</b>	<b>2,46</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*томатная паста, вода питьевая, *капуста урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *лавровый лист, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5)	150/17/7	3,64	8,21	5,73	111,96	7,59
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *картофель урожай 2023, *соль йодированная 1 кг)	110	2,48	3,73	14,50	101,95	6,77
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *пикша, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023)	50	10,72	5,47	5,50	114,22	0,50
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	20	0,16	0,00	0,52	2,80	0,80
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗАМ, СМОРОДИНЫ (*черная смородина, вода питьевая, *сахар-песок, *лимонная кислота)	150	0,16	0,07	16,05	66,55	13,14
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
<b>Итого</b>			<b>544</b>	<b>19,83</b>	<b>17,80</b>	<b>59,37</b>	<b>480,15</b>	<b>28,80</b>
<b>Ужин</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палек, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория, *крупа манная 0,7, *сухари панировочные, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	130	24,39	17,12	31,32	381,46	0,39
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>30,39</b>	<b>20,32</b>	<b>48,44</b>	<b>503,26</b>	<b>1,19</b>
<b>Всего</b>				<b>62,15</b>	<b>52,99</b>	<b>165,18</b>	<b>1 395,93</b>	<b>33,67</b>

Ст.медсестра

Фирсова А.Г.



Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
11 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, вода питьевая, *крупка пшеничная, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,68	5,93	20,69	159,83	0,68
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар-песок, *какао порошок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	180	4,33	4,39	12,78	109,02	0,74
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,64	0,33	16,21	78,59	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,03	5,76	0,06	52,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12,68</b>	<b>16,41</b>	<b>49,74</b>	<b>399,63</b>	<b>1,42</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л.)	176	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,76</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*томатная паста, *капуста урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *картофель урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023, *лавровый лист, вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5)	180/20/9	4,27	9,76	6,63	132,02	8,83
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	130	2,94	4,67	17,12	122,76	7,99
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *пикша, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023)	70	12,49	7,39	7,75	147,53	0,65
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	30	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗАМ, СМОРОДИНЫ (*черная смородина, вода питьевая, *лимонная кислота)	180	0,18	0,08	1,38	8,28	15,52
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
<b>Итого</b>			<b>669</b>	<b>23,45</b>	<b>22,30</b>	<b>54,99</b>	<b>518,12</b>	<b>34,19</b>
<b>Ужин</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палех, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория, *крупка манная 0,7, *сахари панировочные, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	150	27,98	18,98	34,65	426,64	0,44
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	5,28	3,60	8,76	89,04	0,96
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>37,26</b>	<b>23,08</b>	<b>67,96</b>	<b>634,68</b>	<b>1,40</b>
<b>Всего</b>				<b>74,35</b>	<b>62,03</b>	<b>190,45</b>	<b>1 630,43</b>	<b>38,45</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.