

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Исагибина Л.Н./



МЕНЮ

14 июня 2024 г.

Ясли 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								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*крупа пшеничная, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,43	4,61	16,86	127,34	0,51
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *чай черный, *сахар-песок)	150	2,80	3,03	8,78	74,23	0,52
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	27	2,16	0,27	13,24	64,16	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	12	3,06	3,12	0,00	40,95	0,08
Итого			346	12,52	16,84	38,95	359,18	1,11
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	100	0,40	0,40	9,79	46,95	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,95	9,99
Обед								
2008	77	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *сметана 15% 0,5)	150/7	1,41	2,99	9,77	71,92	4,16
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*горбуша потр бг с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	55	19,07	7,59	4,49	162,18	0,61
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель урожай 2023, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	110	2,48	3,02	14,47	95,27	6,76
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	20	0,20	0,05	0,76	4,80	2,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*юмлотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,99	31,97	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			532	25,88	13,97	54,44	447,74	13,53
Ужин								
2012	332	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СВИНИНОЙ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *картофель урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр. , *капуста урожай 2023, * окорок свиной с/м)	200	8,17	15,28	13,98	227,15	10,14
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,06	0,00	8,12	32,69	0,01
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (* мука в/с липецкая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория , *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	8,46	10,85	29,55	249,62	0,13
Итого			400	16,69	26,13	51,65	509,46	10,28
Всего				55,49	57,34	154,83	1 363,33	34,91

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю



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

МЕНЮ

14 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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*крупа пшеничная, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	170	5,01	4,94	18,97	141,32	0,58
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *чай черный)	180	3,35	3,63	10,81	90,12	0,62
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	27	2,16	0,27	13,23	64,11	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	16	4,10	4,18	0,00	54,88	0,11
Итого			400	14,69	18,83	43,08	402,93	1,31
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Обед								
2008	77	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *сметана 15% 0,5)	200/10	1,84	3,66	12,75	91,59	5,48
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*горбуша потр.бг с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	85	23,10	10,07	7,09	211,05	0,84
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	130	2,92	3,63	17,09	113,18	7,99
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	30	0,30	0,08	1,14	7,20	3,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			685	31,56	17,84	68,95	563,72	17,31
Ужин								
2012	332	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СВИНИНОЙ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липцевая, вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *картофель урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр, *капуста урожай 2023, * окорок свиной с/м)	220	9,02	16,91	15,54	251,40	11,11
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,68	0,02
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (*мука в/с липцевая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	8,24	10,69	29,39	246,34	0,13
Итого			450	17,34	27,60	54,77	537,42	11,26
Всего				64,11	64,79	179,54	1 565,18	42,88

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.