

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ
16 мая 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, вода питьевая, *крупя манная 0,7, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	130	2,84	3,98	8,17	80,56	0,47
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *чай черный, *сахар-песок)	150	3,35	3,62	10,99	90,70	0,62
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	70	6,52	11,16	1,14	131,07	0,09
Итого			383	14,78	24,82	32,65	414,33	1,18
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	139	0,70	0,14	14,07	59,89	2,79
Итого			139	0,70	0,14	14,07	59,89	2,79
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*рыба минтай бл, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	150	5,65	1,89	11,38	85,57	5,85
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (* окорок свиной с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	60	8,33	19,69	6,62	237,20	0,30
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассортименте группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	120	4,29	3,93	27,38	162,24	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*курага, вода питьевая, *лимонная кислота, *сахар-песок)	150	0,30	0,00	20,84	41,67	0,25
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	43	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			523	21,29	25,83	83,18	608,28	6,40
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палех, *соль йодированная 1 кг, *крупя манная 0,7, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *изюм фас. темный, *масло сливочное ярмолпрод, *сухари панировочные, *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	125/30	20,55	16,20	38,67	387,02	0,49
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	43	3,43	0,43	21,04	102,00	0,00
Итого			378	24,07	16,63	59,88	490,05	0,51
Всего				60,84	67,42	189,78	1 572,55	10,88

Ст.медсестра _____

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

(Нагибина Л.Н.)

МЕНЮ

16 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	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*крупа манная 0,7, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	150	3,09	4,27	8,99	87,44	0,52
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, *чай черный, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	3,78	4,11	12,14	101,68	0,70
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	23	1,88	0,23	11,52	55,82	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	65	6,24	10,33	1,09	122,32	0,08
Итого			425	15,06	24,75	33,81	419,76	1,30
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	186	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Итого			186	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*рыба минтай б/г, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	180	6,55	2,34	13,06	99,99	6,74
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (* окорок свиной с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	65	9,41	22,41	7,44	269,28	0,33
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассортименте, группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	130	4,84	4,64	30,88	184,76	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*лимонная кислота, *курага, *сахар-песок, вода питьевая)	180	0,36	0,00	25,00	50,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	51	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			606	24,56	29,79	97,58	706,03	7,37
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палек, *соль йодированная 1 кг, *крупа манная 0,7, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *изюм фас. темный, *масло сливочное ярмолпрод, *сухари панировочные, *сметана 15% 0,5, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	145/30	23,36	17,88	44,67	438,08	0,56
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	41	3,26	0,41	20,00	96,93	0,00
Итого			396	26,70	18,29	64,83	535,97	0,58
Всего				67,28	73,07	213,98	1 739,76	10,69

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.