

Утверждаю

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



МЕНЮ

17 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								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *крупа пшеничная, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	150	3,93	3,82	15,52	112,86	0,42
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	150	2,33	2,50	7,95	64,26	0,43
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	16	1,31	0,16	8,07	39,10	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	3,05	3,11	0,00	40,82	0,08
Итого			335	10,69	15,40	31,61	309,54	0,93
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	93	0,37	0,37	9,12	43,74	9,31
Итого			93	0,37	0,37	9,12	43,74	9,31
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	1,42	2,70	9,98	70,08	4,19
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*рыба минтай б/г, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	6,66	2,49	2,96	61,00	0,37
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *картофель урожай 2023)	105	2,34	2,84	14,27	92,28	6,75
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	25	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			487	13,14	8,35	52,46	338,12	11,31
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, *ококор свиной с/м)	185	7,93	15,13	13,81	223,92	8,37
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	11,13	7,01	49,22	304,26	0,11
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,06	0,00	8,41	33,85	0,01
Итого			385	19,12	22,14	71,44	562,03	8,49
Всего				43,32	46,26	164,63	1 253,43	30,04

Ст. медсестра

Фирсова А.Г.

Утверждаю



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

МЕНЮ
17 мая 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		
Завтрак								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *сахар-песок, *крупа пшеничная, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	170	4,63	4,64	18,76	136,04	0,49
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	2,87	3,10	10,06	80,45	0,53
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	17	1,38	0,17	8,46	40,98	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)	17	4,23	4,31	0,00	56,63	0,12
Итого			391	13,18	18,03	37,35	366,60	1,14
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	105	0,42	0,42	10,33	49,56	10,54
Итого			105	0,42	0,42	10,33	49,56	10,54
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)	205/10	1,91	3,68	13,26	94,06	5,64
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*рыба минтай б/г, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	75	13,13	3,85	4,87	106,98	0,62
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*соль йодированная 1 кг, *картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	130	2,84	3,58	17,43	113,78	8,25
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	10,04	40,14	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	33	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			633	21,28	11,51	66,80	456,96	14,51
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)	210	9,08	17,34	15,67	255,93	9,54
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	11,41	7,33	50,60	314,00	0,12
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	10,20	41,10	0,02
Итого			440	20,57	24,67	76,47	611,03	9,68
Всего				55,45	54,63	190,95	1 484,15	35,87

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.