

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

19 апреля 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 (*крупа пшеничная, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,44	4,28	16,98	124,91	0,51
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (*сахар-песок, *чай в голд 100 гр., *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	150	2,81	3,02	9,09	75,51	0,52
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	29	2,35	0,29	14,40	69,81	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 полутвердый 45%)	12	3,01	3,07	0,00	40,34	0,08
Итого			348	12,68	16,47	40,54	363,07	1,11
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	130	0,52	0,52	12,77	61,22	13,03
Итого			130	0,52	0,52	12,77	61,22	13,03
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)	155/7	1,43	2,53	10,04	68,87	4,25
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*филе минтая с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	50	6,56	2,94	5,14	73,51	0,56
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	110	2,47	2,87	14,45	93,91	6,75
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (*зеленый горошек 400 гр.)	19	0,58	0,04	1,23	7,56	0,78
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (*яблоки свежие, вода питьевая, *сахар-песок, *лимонная кислота)	150	0,12	0,12	12,52	52,34	1,20
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	35	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			526	13,88	8,82	60,34	377,79	13,54
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	8,18	15,09	14,22	226,45	10,17
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,07	0,00	8,53	34,34	0,01
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ (*джем юлиана, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	1,73	0,22	17,33	77,27	1,60
Итого			380	9,98	15,31	40,08	338,06	11,78
Всего				37,06	41,12	153,73	1 140,14	39,46

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 8»

(Нагибина Л.Н.)



МЕНЮ

19 апреля 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 (вода питьевая, *крупа пшеничная, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	170	5,01	5,04	18,95	142,11	0,58
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок, *чай в голд 100 гр.)	180	3,35	3,63	10,74	89,87	0,62
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	29	2,32	0,29	14,21	68,89	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 полутвердый 45%)	16	4,09	4,17	0,00	54,85	0,11
Итого			402	14,84	18,94	43,97	408,22	1,31
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,10	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)	205/10	1,89	3,56	13,07	92,16	5,61
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*филе минтая с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	80	10,64	4,57	8,24	117,08	0,91
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *картофель урожай 2023, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	130	2,93	3,61	17,10	113,11	7,99
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ (*зеленый горошек 400 гр.)	29	0,88	0,06	1,85	11,41	1,18
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (*яблоки свежие, вода питьевая, *сахар-песок, *лимонная кислота)	180	0,14	0,14	14,90	62,21	1,41
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	42	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			676	19,88	12,34	76,36	497,97	17,10
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)	220	9,07	16,88	15,74	252,15	11,19
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (* чай в голд 100 гр., вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,66	0,02
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ (*джем юлиана, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	1,73	0,22	17,33	77,27	1,60
Итого			430	10,88	17,10	42,91	369,08	12,81
Всего				46,12	48,90	175,98	1 336,37	44,22

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.