



МЕНЮ
20 марта 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*рис круглый 0,9, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *песок сахарный 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,1	5,1	18,4	136	0,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (вода питьевая, *песок сахарный 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *кофейный напиток)	160	3,5	3,6	14,6	106	0,6
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,7	0,3	16,3	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
Итого			350	10,4	14,8	49,4	374	1,2
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груши)	130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
Итого			130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (*морковь урожай 2023, *макаронные изделия в ассорт. группа а, *лавровый лист, вода питьевая, *масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста гост, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *цыпленок охл.)	150/25	5,7	5,3	6,1	96	0,6
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас. россия дет.пит. с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% , *соль йодированная 1 кг, *томатная паста гост)	50/30	13,3	8,7	2,5	158	10,11
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	4,6	3,7	20,6	134	0
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (*масло подсолнечное 0,9 л, *свекла урожай 2023)	30	0,4	1,2	2,4	23	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *песок сахарный 1 кг, *лимонная кислота, вода питьевая)	150			7,9	31	0
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,7	0,3	17,1	83	0
Итого			555	26,7	19,2	56,6	525	11,91
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ (*цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста гост, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	220	9,2	9,3	19,7	201	11,4
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	180	5,2	4,5	7,2	95	1,3
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (*мука в/с липецкая, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод, *песок сахарный 1 кг, *ванилин, *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *творог 9,0% весовой палех)	55	6,8	4,6	21,9	157	0
Итого			455	21,2	18,4	48,8	453	12,7
Всего				58,8	52,8	168,2	1413	32,31

Ст.медсестра _____

Фирсова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

20 марта 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *песок сахарный 1 кг, *рис круглый 0,9, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5	5,9	22,3	162	0,7
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*песок сахарный 1 кг, вода питьевая, *кофейный напиток, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	3,9	4,1	16,9	120	0,7
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,6	0,3	16,2	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
Итого			400	11,6	16,1	55,5	414	1,4
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груши)	130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
Итого			130	0,5	0,4	13,4	61	6,5
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (*масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста гост, *макаронные изделия в ассортименте группа а, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *лавровый лист, *цыпленок охл.)	180/30	6,7	6,6	7,5	117	0,9
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас. россия дет.лит. с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% , *соль йодированная 1 кг, *томатная паста гост)	60/30	15,1	10,8	6,6	184	14,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,6	4,5	25,6	166	0
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (*масло подсолнечное 0,9 л, *свекла урожай 2023)	40	0,6	1,9	3,2	33	1,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *песок сахарный 1 кг, *лимонная кислота, вода питьевая)	180			9,7	39	0
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,3	0,4	21,3	103	0
Итого			670	31,3	24,2	73,9	642	17
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ (*цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста гост, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	220	9,2	9,6	19,8	203	11,4
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	180	5,2	4,5	7,2	95	1,3
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (*ванилин, *мука в/с липецкая, *яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *песок сахарный 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *дрожжи 100 гр, *творог 9,0% весовой палех)	50	6,3	3,4	21,9	144	0
Итого			450	20,7	17,5	48,9	442	12,7
Всего				64,1	58,2	191,7	1559	37,6

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.