

Утверждаю

Заведующий

МДОУ Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

22 мая 2024 г.
Ясли 12_3

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа в 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	130	3,46	4,01	11,85	97,90	0,49
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	160	3,86	3,90	11,62	98,00	0,65
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	31	2,45	0,31	15,04	72,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			328	9,84	14,03	38,58	321,29	1,14
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
Итого			125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг)	150/18/7	3,92	8,40	8,00	124,07	5,45
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, *соль йодированная 1 кг)	60	8,58	17,69	9,58	231,98	0,29
2010	79	ПЮРЕ «РОЗОВОЕ» (КАРТОФЕЛЬНО - МОРКОВНОЕ) (*картофель урожай 2023, *масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023)	110	2,22	3,97	12,52	95,49	5,46
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	39	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*сахар-песок, вода питьевая, *чернослив, *лимонная кислота)	150	0,34	0,11	15,02	63,86	0,18
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	36	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			570	18,02	30,49	62,86	601,20	12,58
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	155	9,41	12,26	4,10	165,00	0,42
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	12	3,14	3,20	0,00	42,02	0,09
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	45	1,37	0,09	2,87	17,65	1,82
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло в ассортименте, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,08	0,00	21,04	84,46	0,04
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	32	2,55	0,32	15,65	75,86	0,00
Итого			394	16,55	15,87	43,66	384,99	2,37
Всего				45,04	60,52	157,73	1 361,23	18,59

Ст.медсестра

Фирсова А.Г.

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмоппрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	150	3,97	4,77	13,17	112,35	0,56
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	180	4,30	4,38	12,62	108,14	0,74
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,42	0,30	14,83	71,88	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмоппрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			367	10,76	15,26	40,69	344,87	1,30
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л.)	181	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Итого			181	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг)	180/20/9	4,54	10,08	9,60	148,08	6,28
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, *соль йодированная 1 кг)	80	11,51	23,57	12,49	308,59	0,37
2010	79	ПЮРЕ «РОЗОВОЕ» (КАРТОФЕЛЬНО - МОРКОВНОЕ) (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмоппрод, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *картофель урожай 2023)	130	2,62	4,91	14,79	114,66	6,43
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	39	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*чернослива, вода питьевая, *лимонная кислота, *сахар-песок)	180	0,40	0,13	17,72	75,41	0,22
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	44	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			682	22,71	39,09	76,58	752,94	14,50
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмоппрод)	175	10,67	14,11	4,63	188,99	0,48
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% остромской, голландский, золотое кольцо)	16	4,10	4,18	0,00	54,88	0,11
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло в ассортименте, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,09	0,00	25,31	101,52	0,04
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	45	1,36	0,09	2,85	17,57	1,81
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	32	2,56	0,32	15,73	76,25	0,00
Итого			448	18,78	18,70	48,52	439,21	2,44
Всего				53,21	73,29	183,55	1 615,02	19,68

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.