

Утверждаю

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



МЕНЮ

24 января 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	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сл. обережье 72,5%)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*молоко свежее 2,5 % питьевого пастер. , *рис круглый, *соль, *сахар-песок, вода питьевая)	150	3,6	2,1	21	118	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок *сахар-песок, *молоко свежее 2,5 % питьевого пастер. , вода питьевая)	150	2,8	2,2	12,5	81	0,5
2012	2	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	28	2,3	0,3	13,8	67	0
Итого			333	8,8	8,8	47,4	304	0,9
II Завтрак								
2008	399	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (*яблоки свежие , *сахар-песок, вода питьевая)	150	0,2	0,2	21,2	87	1,5
Итого			150	0,2	0,2	21,2	87	1,5
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (*лавровый лист, *томатная паста, *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, вода питьевая, *макаронные изделия высш. сорт группа в, *масло подсолнечное, *соль, *мясо кур (цыпленок-бройлер 1 с охлажд)	150	4,4	3,9	9,1	89	0,5
2010	56	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*масло подсолнечное, *соль, *мука в/с, *печень говяжья замороженная, *томатная паста, *сметана гост 15% жирности, вода питьевая)	30/30	16	11,8	3,7	203	11,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль, *масло сл. обережье 72,5%)	110	6,1	5	27,9	210	0
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (*томатная паста, *сахар-песок, *масло подсолнечное, *свекла урожай 2023, *лимонная кислота, *лук репчатый урожай 2023, *соль)	20	0,4	1,2	2,6	23	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150			11,5	46	0
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (* хлеб дарницкий)	41	3	0,4	19,2	93	0
Итого			531	29,9	22,3	74	664	13,3
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ (*мясо кур (цыпленок-бройлер 1 с охлажд, *масло подсолнечное, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с)	190	7,5	11,2	17,6	202	9,9
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай листовой в ассорт., вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,1		11,6	47	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	28	2,3	0,3	13,8	67	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (*мука в/с, *сахар-песок, *масло сл. обережье 72,5%, *яйцо столовое 1 категория, *молоко свежее 2,5 % питьевого пастер. , *творог 9,0%, *дрожжи, *соль, *ванилин, *масло подсолнечное)	50	6,9	4,3	26,3	171	0
Итого			418	16,8	15,8	69,3	487	9,9
Всего				55,7	47,1	211,9	1542	25,6

Ст.медсестра _____

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

24 января 2024 г.
Сад 12_3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сл. обережье 72,5%)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар-песок, вода питьевая, *молоко свежее 2,5 % питьевого пастер., *соль, *рис круглый)	180	4,3	2,5	24,8	140	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко свежее 2,5 % питьевого пастер., *вода питьевая)	180	3,3	2,6	15,1	98	0,6
2012	2	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	29	2,3	0,3	14,1	68	0
Итого			396	10	11,2	54,1	359	1,1
II Завтрак								
2008	399	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (*яблоки свежие, *сахар-песок, вода питьевая)	180	0,2	0,2	25,3	105	1,8
Итого			180	0,2	0,2	25,3	105	1,8
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (*лавровый лист, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное, вода питьевая, *макаронные изделия высш сорт группа в, *соль, *томатная паста, *мясо кур (цыпленок-бройлер 1 с охлажд)	200	5,8	5,3	12,3	121	0,8
2010	56	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*масло подсолнечное, *соль, *печень говяжья замороженная, *сметана гост 15% жирности, *мука в/с, *томатная паста, вода питьевая)	50/50	19,7	14,7	4,5	251	14,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль, *масло сл. обережье 72,5%)	130	7,4	6	33,3	217	0
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (*сахар-песок, *лук репчатый урожай 2023, *свекла урожай 2023, *томатная паста, *лимонная кислота, *соль, *масло подсолнечное)	35	0,6	2,4	4	41	1,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180			14,6	59	0
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (* хлеб дарницкий)	41	3,3	0,4	21,3	103	0
Итого			686	36,8	28,8	90	792	17,1
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ (*мясо кур (цыпленок-бройлер 1 с охлажд, *масло подсолнечное, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с)	210	8,1	12,4	19,3	222	10,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай листовой в ассорт., вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,1		14,2	57	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный)	19	1,5	0,2	9,4	46	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (*мука в/с, *сахар-песок, *масло сл. обережье 72,5%, *яйцо столовое 1 категория, *молоко свежее 2,5 % питьевого пастер., *творог 9,0%, *дрожжи, *соль, *ванилин, *масло подсолнечное)	50	6,5	3,7	26	163	0
Итого			459	16,2	16,3	68,9	488	10,8
Всего				63,2	56,5	238,3	1744	30,8

Ст.медсестра

Фирсова А.Г.