

Утверждаю

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



МЕНЮ
24 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(*молоко 3.2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассортименте группа а 0,45, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)</small>	150	4,33	5,29	14,30	123,02	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3.2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)</small>	195	4,73	4,81	13,96	119,22	0,81
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))</small>	36	2,92	0,36	17,89	86,73	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(*масло сливочное ярмолпрод)</small>	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			389	12,05	16,27	46,22	381,47	1,43
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(*сок фруктдрайв 1 л)</small>	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 <small>(*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% 0,5, *соль йодированная 1 кг)</small>	180/20/5	4,94	10,39	10,67	156,78	7,15
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ СО СВИНИНОЙ <small>(*соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель урожай 2023, *окорок свиной с/м, *сухари панировочные, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория)</small>	175	12,61	26,80	26,85	399,50	13,56
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ <small>(вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *петрушка, укроп - зелень сухая, *томатная паста, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, петрушка (корень), *лимонная кислота)</small>	50	0,96	5,08	5,25	71,18	2,05
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА <small>(*лимонная кислота, *сахар-песок, вода питьевая, *чернослив)</small>	180	0,45	0,14	19,59	83,34	0,24
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ <small>(*хлеб дарницкий)</small>	47	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			657	22,36	42,81	83,56	812,80	23,00
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3.2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)</small>	175	10,65	14,63	4,65	193,63	0,48
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>(*сыр 45% кастриоской, голландский, золотое кольцо)</small>	16	4,08	4,16	0,00	54,67	0,11
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ <small>(*джем юлиана, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)</small>	185	0,15	0,02	29,99	118,21	3,85
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ <small>(*кукуруза консервированная)</small>	44	1,32	0,09	2,76	17,03	1,76
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ <small>(*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))</small>	35	2,81	0,35	17,23	83,50	0,00
Итого			455	19,01	19,25	54,63	467,04	6,20
Всего				54,38	78,57	202,17	1 739,31	32,07

Ст.медсестра _____

Фирстова А.Г.

Утверждаю

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



МЕНЮ
24 апреля 2024 г.

Ясли 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассортименте группа а 0,45, *масло сливочное ярмлпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	130	3,41	4,33	11,36	98,68	0,48
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, вода питьевая)	160	3,81	3,88	11,47	97,01	0,65
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,62	0,33	16,09	78,01	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмлпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			330	9,91	14,35	38,99	326,20	1,13
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мор" яблочный 0,2л)	122	0,61	0,12	12,34	52,55	2,44
Итого			122	0,61	0,12	12,34	52,55	2,44
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% 0,5, *соль йодированная 1 кг)	150/18/5	3,85	8,24	8,50	124,26	5,60
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ СО СВИНИНОЙ (*лук репчатый урожай 2023, *масло сливочное ярмлпрод, *сахари лавиновачные, *окорок свиной с/м, *масло подсолнечное 0,9 л, *соль йодированная 1 кг, *картофель урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	150	10,43	22,16	23,55	335,76	11,88
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ (*вода питьевая, *масло сливочное ярмлпрод, *мука в/с липецкая, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *петрушка, укроп - зелень сухая, *томатная паста, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, петрушка (корень), лимонная кислота)	50	0,86	4,51	4,80	63,85	1,88
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*вода питьевая, *чернослив, *сахар-песок, *лимонная кислота)	150	0,34	0,11	14,82	63,05	0,18
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	34	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			557	18,20	35,34	68,63	668,52	19,54
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыббинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмлпрод)	155	9,44	12,92	4,10	170,89	0,42
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр «5%» костромской, голландский, золотое кольцо)	12	3,07	3,13	0,00	41,09	0,08
к/к	к/к	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	44	1,33	0,09	2,79	17,20	1,77
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*джем яблочный, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,12	0,02	22,28	87,81	2,84
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,80	0,35	17,19	83,30	0,00
Итого			396	16,76	16,51	46,36	400,29	5,11
Всего				45,48	66,32	166,32	1 447,56	28,22

Ст. медсестра

Фирсова А.Г.