

Утверждаю

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



МЕНЮ
24 мая 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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, крупа ячневая, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,21	4,38	16,00	121,03	0,53
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, *чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	160	3,09	3,36	9,56	81,56	0,57
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	25	2,03	0,25	12,44	60,29	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			342	9,40	13,80	38,07	315,38	1,10
II Завтрак								
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	141	4,10	3,53	5,65	74,90	0,99
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	25	2,03	0,25	12,44	60,29	0,00
Итого			166	6,13	3,78	18,09	135,19	0,99
Обед								
2012		БУЛЬОН ИЗ КУРЫ С ЯЙЦОМ С ГРЕНКАМИ (*грудка куриная, вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *петрушка сушеная, *яйцо столовое 1 категория, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	140	8,18	6,91	7,77	126,02	0,33
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ПИКШИ (*масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *пикша, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория)	70	8,89	10,60	2,68	141,97	0,23
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель урожай 2023, *масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг)	105	2,33	3,86	13,61	98,80	6,36
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА (*шиповник, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *изюм фас. темный)	150	0,33	0,11	13,74	61,25	24,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	39	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			504	22,40	21,80	54,87	510,71	30,92
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*крупа манная 0,7, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *сухари панировочные, *творог 9,0% весовой паллах, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л)	120	21,04	14,09	18,16	287,43	0,30
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ (*соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% 0,5, *сахар-песок)	30	0,48	2,06	3,96	36,36	0,02
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	25	1,46	1,16	18,50	90,28	0,00
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
2010	115	ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКОМИ И ПОВИДЛОМ (ДЖЕМОМ) (*сахар-песок, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория, *дрожжи 100 гр, *масло подсолнечное 0,9 л, *джем юлиана, *яблоки свежие)	65	6,65	8,14	66,12	361,33	6,40
Итого			420	29,71	25,45	106,90	776,36	6,74
Всего				67,64	64,83	217,93	1 737,64	39,75

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

24 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								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *крупа ячневая, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,91	6,32	22,08	169,90	0,74
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*сахар-песок, вода питьевая, *чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	4,07	4,41	12,93	108,67	0,75
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,38	0,30	14,62	70,85	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			398	12,43	16,84	49,70	401,92	1,49
II Завтрак								
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	199	5,77	4,97	7,95	105,38	1,39
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,38	0,30	14,62	70,85	0,00
Итого			229	8,15	5,27	22,57	176,23	1,39
Обед								
2012		БУЛЬОН ИЗ КУРЫ С ЯЙЦОМ С ГРЕНКАМИ (*грудка куриная, вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *петрушка сушеная, *яйцо столовое 1 категория, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	205	9,74	8,20	9,36	150,42	0,46
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ ПИКШИ (*масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *пикша, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория)	90	15,93	14,28	3,86	207,63	0,38
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	165	3,71	5,82	21,66	154,32	10,12
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ШИПОВНИКА (*шиповник, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *изюм фас. темный)	180	0,48	0,16	19,24	86,24	35,35
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	57	3,63	0,44	23,25	112,63	0,00
Итого			697	33,49	28,90	77,37	711,24	46,31
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод, *крупа манная 0,7, *яйцо столовое 1 категория, *творог 9,0% весовой пах, *масло подсолнечное 0,9 л)	165	28,52	18,37	25,07	385,36	0,39
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ (*соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *сметана 15% 0,5, вода питьевая, *сахар-песок)	55	0,96	4,07	8,23	73,57	0,03
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	29	1,72	1,37	21,80	106,40	0,00
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,19	1,12	0,02
2010	115	ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКОМИ И ПОВИДЛОМ (ДЖЕМОМ) (*мука в/с липецкая, *яйцо столовое 1 категория, *масло сливочное ярмолпрод, *масло подсолнечное 0,9 л, *джем юлиана, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *яблоки свежие)	75	7,69	9,68	77,82	425,61	7,55
Итого			504	38,98	33,49	133,11	992,06	7,99
Всего				93,05	84,50	282,75	2 281,45	57,18

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.