

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад № 8"
(Нагибина Л.Н.)



МЕНЮ
26 февраля 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								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (*кукурузная 0,7, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *песок сахарный 1 кг)	150	3,5	2,6	22,3	129	0,4
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*песок сахарный 1 кг, вода питьевая, *кофейный напиток золотой амбар , *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	150	2,4	2,3	9,6	69	0,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (*печенье в ассортименте)	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			330	8,2	7,8	54,2	323	0,8
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ 125 г (*сок 0,125л для детского питания)	125	0,7	0,2	12,3	54	1
Итого			125	0,7	0,2	12,3	54	1
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (*картофель урожай 2023, *горох фас., *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, вода питьевая)	150	3,8	2,7	11,2	85	3,6
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ (*лук репчатый урожай 2023, *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск, *томатная паста гост, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *мука в/с липецкая, *филе минтая с/м , вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *лавровый лист, *яйцо столовое 1 категория)	60/60	11,9	10,4	16,4	205	2,3
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис круглый 0,9, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод)	110	2,7	4,6	24,1	149	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *песок сахарный 1 кг, *лимонная кислота, вода питьевая)	150			9,7	39	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (* хлеб дарницкий)	45	3,1	0,4	19,1	92	0
Итого			575	21,5	18,1	80,5	570	5,9
Ужин								
2010	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ (*лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста гост, *говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (тазовая часть), *картофель урожай 2023, *лавровый лист, *соль йодированная 1 кг)	200	14,1	20,1	21,1	322	10,4
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы консервированные нам лимонной к-те)	20	0,2		0,3	3	1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *песок сахарный 1 кг)	150	0,1		12,2	49	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			390	16	20,3	43,4	422	11,4
Всего				46,4	46,4	190,4	1369	19,1

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

26 февраля 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	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *кукурузная 0,7, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *песок сахарный 1 кг)	180	4,1	3,2	27	156	0,5
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *песок сахарный 1 кг, *кофейный напиток золотой амбар)	180	2,8	2,8	11,2	82	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ (*печенье в ассортименте)	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			390	9,2	8,9	60,5	363	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	180	0,9	0,2	17,8	77	3,6
Итого			180	0,9	0,2	17,8	77	3,6
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (*картофель урожай 2023, *горох фас., *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, вода питьевая)	200	5,1	3,6	14,9	113	4,8
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ (*масло подсолнечное 0,9 л, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *лавровый лист, *филе минтая с/м, *томатная паста гост, вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория)	70/70	12,4	11,1	17,6	220	2,4
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис круглый 0,9, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод)	130	3,2	5,5	28,4	176	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *песок сахарный 1 кг, *лимонная кислота, вода питьевая)	180			11,7	47	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (*хлеб дарницкий)	50	2,7	0,3	17	82	0
Итого			700	23,4	20,5	89,6	638	7,2
Ужин								
2010	57	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ (*картофель урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста гост, *морковь урожай 2023, *лавровый лист, *масло подсолнечное 0,9 л, *говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (тазовая часть), *соль йодированная 1 кг)	250	17,9	25,1	26,3	403	12,8
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы консервированные нам лимонной к-те)	25	0,2		0,4	3	1,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *песок сахарный 1 кг)	180	0,1		14,1	57	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,8	0,4	17,2	83	0
Итого			490	21	25,5	58	546	14,1
Всего				54,5	55,1	225,9	1624	25,9

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.