

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

(Нагибина Л.Н./



МЕНЮ
28 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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*сахар-песок, вода питьевая, *крупя пшеничная, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,75	4,98	17,65	135,16	0,56
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *какао порошок)	160	3,74	3,87	11,28	95,87	0,65
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,62	0,33	16,07	77,89	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,04	6,00	0,06	54,38	0,00
Итого			350	11,15	15,18	45,06	363,30	1,21
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	127	0,64	0,13	12,85	54,73	2,55
Итого			127	0,64	0,13	12,85	54,73	2,55
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *лавровый лист, *морковь урожай 2023, *томатная паста, вода питьевая, *картофель урожай 2023, *капуста урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5)	150/17/7	3,64	8,56	5,72	114,92	7,56
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг)	110	2,49	4,19	14,46	105,89	6,75
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *ликша, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023)	45	8,28	5,26	5,54	102,61	0,45
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗАМ,СМОРОДИНЫ (*черная смородина, вода питьевая, *сахар-песок, *лимонная кислота)	150	0,16	0,07	16,14	66,97	13,40
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			519	17,24	18,40	58,93	473,06	28,16
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ (*цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	215	9,07	9,80	15,22	186,60	17,58
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (*масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория, *мука в/с липецкая, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *ванилин, *дрожжи 100 гр, *творог 9,0% весовой палех)	55	7,48	5,84	21,60	169,23	0,08
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,05	0,00	8,03	32,31	0,01
Итого			420	16,60	15,64	44,85	388,14	17,67
Всего				45,63	49,35	161,69	1 279,23	49,59

Ст.медсестра

Фирсова А.Г.

Утверждаю



Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

МЕНЮ
28 мая 2024 г.
Сад 12_3

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *крупа пшеничная, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,66	5,83	20,68	158,82	0,67
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	180	4,30	4,37	12,69	108,29	0,73
2012		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,64	0,33	16,20	78,54	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0,00
Итого			400	12,64	16,31	49,63	398,01	1,40
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	179	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Итого			179	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста, вода питьевая, *капуста урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *лавровый лист, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5)	180/20/9	4,29	9,69	6,65	131,52	8,85
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *пикша, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023)	65	11,48	7,31	7,70	142,51	0,63
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг)	130	2,93	4,71	17,10	122,96	7,99
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗАМ.СМОРОДИНЫ (*черная смородина, вода питьевая, *сахар-песок, *лимонная кислота)	180	0,18	0,08	18,80	77,95	15,52
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
Итого			634	22,21	22,19	71,58	578,27	32,99
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ (*цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	215	9,03	9,47	15,08	182,98	17,49
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (*мука в/с липецкая, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *творог 9,0% весовой палех, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *ванилин, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	6,52	5,28	21,76	160,92	0,08
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,06	0,00	8,26	33,23	0,01
Итого			415	15,61	14,75	45,10	377,13	17,58
Всего				51,42	53,49	184,07	1 431,41	53,41

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.