

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

29 февраля 2024 г.

Ясли 12_1

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 (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа а, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, *песок сахарный 1 кг)	150	3,4	3,2	12,2	91	0,4
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*песок сахарный 1 кг, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *кофейный напиток золотой амбар)	150	2,3	2,3	9,2	67	0,4
2012	2	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
Итого			335	8,2	10	36,2	267	0,8
II Завтрак								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *песок сахарный 1 кг, *лимоны)	150/12/6	0,3		12,6	52	0,93
Итого			168	0,3		12,6	52	0,93
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр., *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск)	150/15/10	3,6	9,2	7,1	127	5,3
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (*печень говяжья фас. россия дет.пит. с/м, *рис круглый 0,9, *лук репчатый урожай 2023, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория)	120	15,7	6,7	13,1	192	11,1
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг)	30	0,2	1,4	1,2	18	0
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (*соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *песок сахарный 1 кг, *томатная паста гост, *лимонная кислота, *лук репчатый урожай 2023, *свекла урожай 2023)	20	0,4	1,6	3	29	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *песок сахарный 1 кг, *лимонная кислота, вода питьевая)	150			14,6	58	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (* хлеб дарницкий)	45	3,1	0,4	19,1	92	0
Итого			540	23	19,3	58,1	516	17,6
Ужин								
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*цыпленок охл., *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	60	10,6	9,2	9,8	163	0,7
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод)	110	4	3,1	25,6	147	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *песок сахарный 1 кг)	150	0,1		11,4	46	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			340	16,3	12,5	56,6	404	0,7
Всего				47,8	41,8	163,5	1239	20,03

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.



МЕНЮ
29 февраля 2024 г.
Сад 12_1

Сборник рецептов	№ 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 (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа а, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, *песок сахарный 1 кг)	180	4,1	4,2	15,4	115	0,5
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*песок сахарный 1 кг, вода питьевая, *кофейный напиток золотой амбар, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	2,8	2,8	11,2	82	0,5
2012	2	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
Итого			397	9,4	13,1	41,4	321	1
II Завтрак								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *песок сахарный 1 кг, *лимоны)	185/15/7	0,3		15,2	63	1,14
Итого			207	0,3		15,2	63	1,14
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр., *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, вода питьевая, * окорок свиной с/м, *сметана 15% 200 гр. г. рыбинск)	200/19/13	4,5	11,5	9,3	160	6,8
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (*печень говяжья фас. россия дет.пит. с/м, *рис круглый 0,9, *лук репчатый урожай 2023, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория)	150	19,3	8	16,8	236	13,9
2012	363	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг)	30	0,2	1,2	1	16	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *песок сахарный 1 кг, *лимонная кислота, вода питьевая)	180			17,5	70	0
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (* томатная паста гост, *масло подсолнечное 0,9 л, *соль йодированная 1 кг, *свекла урожай 2023, *песок сахарный 1 кг, *лимонная кислота, *лук репчатый урожай 2023)	35	0,8	2,4	4,5	43	2,2
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,4	0,4	21,2	102	0
Итого			677	28,2	23,5	70,3	627	22,9
Ужин								
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*цыпленок охл., *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	70	12,3	11	11,8	196	0,8
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а, *масло сливочное 180 гр. 72,5% ярмолпрод)	130	4,7	3,9	30,1	175	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай в голд 100 гр., вода питьевая, *песок сахарный 1 кг)	180	0,1		14,2	57	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			410	19,5	15,2	70,8	499	0,8
Всего				57,4	51,8	197,7	1510	25,84

Ст.медсестра _____

Фирстова А.Г.