

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ
29 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*рис круглый 0,9, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,13	5,12	19,22	140,15	0,56
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок, *кофейный напиток)	160	3,46	3,60	15,04	107,31	0,60
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,64	0,33	16,20	78,54	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			350	10,30	14,86	50,53	378,50	1,16
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	130	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
Итого			130	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СВИНИНОЙ (*картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, *окорок свиной с/м)	150/17	3,97	8,00	11,78	135,21	5,88
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас. россия детлит. с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста)	50/30	13,45	8,66	2,05	156,07	10,19
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	4,50	3,58	20,31	131,21	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			517	24,59	20,56	58,95	536,12	16,07
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9,0% весовой палех, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория, *крупа манная 0,7, *сухари панировочные, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *масло подсолнечное 0,9 л)	130	23,64	15,41	21,53	323,74	0,32
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ (*соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% 0,5, *сахар-песок)	30	0,58	2,21	4,77	41,37	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
Итого			330	30,22	20,82	43,42	486,91	1,14
Всего				65,57	56,70	164,11	1 455,30	29,81

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

МЕНЮ
29 мая 2024 г.
Сад 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								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *сахар-песок, *рис круглый 0,9, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	180	4,95	5,78	22,33	162,23	0,68
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (*сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *кофейный напиток, вода питьевая)	180	3,91	4,04	16,86	120,43	0,68
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,64	0,33	16,22	78,64	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			400	11,57	15,96	55,48	413,80	1,36
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	130	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
Итого			130	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СВИНИНОЙ (*картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л. вода питьевая, * окорок свиной с/м)	180/20	4,64	8,71	13,91	152,89	6,93
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас. россия дет.пит. с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста)	60/30	15,10	10,82	6,65	183,67	14,65
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,68	4,61	25,66	166,60	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	TK №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
Итого			620	28,75	24,54	77,23	645,19	21,58
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9,0% весовой палек, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *яйцо столовое 1 категория, *крупа манная 0,7, *сахари панировочные, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *масло подсолнечное 0,9 л)	150	26,94	17,27	24,45	365,98	0,37
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ (*мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *сметана 15% 0,5, *сахар-песок)	50	0,89	3,74	7,47	67,28	0,03
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	50	4,00	0,50	24,55	119,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	5,28	3,60	8,76	89,04	0,96
Итого			430	37,11	25,11	65,23	641,30	1,36
Всего				77,89	66,07	209,15	1 754,06	35,74

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.