

Утверждаю



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

МЕНЮ
30 мая 2024 г.
Ясли 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								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *крупка манная 0,7, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	130	3,72	3,64	15,14	108,32	0,44
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, *чай черный, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	150	3,14	3,38	10,48	85,67	0,58
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	23	1,87	0,23	11,46	55,53	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	65	5,96	10,49	1,03	122,32	0,08
Итого			375	14,76	23,55	38,18	424,34	1,10
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	22	0,11	0,02	2,24	9,56	0,44
Итого			22	0,11	0,02	2,24	9,56	0,44
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*торбуша потр.бг с/м, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	150	8,85	3,70	10,53	110,84	5,48
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (* окорок свиной с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	60	8,35	18,18	9,03	233,15	0,19
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	110	3,81	4,00	24,36	148,78	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*сахар-песок, *курага, вода питьевая, *лимонная кислота)	150	0,30	0,00	20,84	41,67	0,25
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			510	24,03	26,20	81,72	616,04	5,92
Ужин								
2012	332	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СВИНИНОЙ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *картофель урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр., *капуста урожай 2023, * окорок свиной с/м)	200	8,19	15,23	14,57	229,13	10,20
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ИЗ ДРОЖЕВОГО ТЕСТА (* мука в/с липецкая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	11,69	9,96	49,12	332,80	0,13
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,07	0,00	8,74	35,21	0,01
Итого			400	19,95	25,19	72,43	597,14	10,34
Всего				58,85	74,96	194,57	1 647,08	17,80

Ст.медсестра

Фирсова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

30 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								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*крупа манная 0,7, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,25	4,44	17,14	125,69	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*сахар-песок, вода питьевая, *чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	3,71	4,03	11,76	99,10	0,69
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	23	1,84	0,23	11,27	54,63	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	65	6,10	10,09	1,06	119,53	0,08
Итого			425	15,97	24,60	41,30	451,45	1,27
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	32	0,16	0,03	3,21	13,68	0,64
Итого			32	0,16	0,03	3,21	13,68	0,64
Обед								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*горбуша потр.бг с/м, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	180	10,63	4,91	12,79	137,86	6,68
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (* окорок свиной с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория)	70	9,58	21,45	10,67	274,12	0,24
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассортименте группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	130	4,49	4,53	28,64	173,38	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*сахар-песок, лимонная кислота, *курага, вода питьевая)	180	0,36	0,00	25,00	50,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			610	28,46	31,29	98,30	737,36	7,22
Ужин								
2012	332	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СВИНИНОЙ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *картофель урожай 2023, *зеленый горошек 400 гр., *капуста урожай 2023, * окорок свиной с/м)	220	9,02	16,85	15,61	251,18	11,10
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (*мука в/с липецкая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	11,30	9,19	48,97	323,48	0,14
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,68	0,02
Итого			450	20,40	26,04	74,42	614,34	11,26
Всего				64,99	81,96	217,23	1 816,83	20,39

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.