

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Дунагибина Л.Н./



МЕНЮ

6 июня 2024 г.
Ясли 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *геркулес 0,4, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,90	5,75	16,84	139,47	0,56
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*вода питьевая, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *кофейный напиток)	150	3,23	3,36	13,80	99,13	0,56
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	23	1,82	0,23	11,16	54,09	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	6,33	9,91	1,08	118,94	0,08
Итого			395	16,35	25,06	42,95	464,13	1,20
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*лук репчатый урожай 2023, вода питьевая, *картофель урожай 2023, *капуста урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *лавровый лист, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5)	150/17/7	3,64	8,56	5,72	114,92	7,56
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис круглый 0,9, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	110	2,71	3,30	28,45	154,29	0,00
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ (*печень говяжья фас. россия дет.пит. с/м, *мука в/с липецкая, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *томатная паста)	50/50	13,08	7,91	4,03	155,18	10,85
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,92	31,66	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			574	22,15	20,09	63,08	537,65	18,41
Ужин								
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ (*грудка куринная, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг)	60	10,10	11,20	10,26	182,31	0,62
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассортименте, группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	120	4,39	3,42	28,00	160,50	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	160	0,05	0,00	8,91	35,83	0,01
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			370	16,94	14,92	61,90	450,04	0,63
Всего				55,84	60,47	177,73	1 498,83	30,24

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

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



МЕНЮ
6 июня 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *геркулес 0,4, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	180	5,83	6,65	19,79	163,24	0,68
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар-песок, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	180	3,90	4,04	16,85	120,27	0,68
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	23	1,85	0,23	11,34	54,97	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	6,12	10,14	1,06	120,14	0,08
Итого			455	17,77	26,87	49,11	511,12	1,44
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	130	0,52	0,52	12,75	61,15	13,01
Итого			130	0,52	0,52	12,75	61,15	13,01
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*лук репчатый урожай 2023, *картофель урожай 2023, *капуста урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, *лавровый лист, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *томатная паста, * окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5)	180/20/9	4,26	9,71	6,61	131,57	8,82
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (*рис круглый 0,9, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	130	3,19	3,70	33,53	180,12	0,00
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ (*печень говяжья фас. россия дет.пит. с/м, *мука в/с липецкая, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *томатная паста)	50/50	13,12	7,47	4,24	152,26	10,81
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
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	50	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			669	23,97	21,28	75,26	604,65	19,63
Ужин								
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ (*грудка куриная, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг)	80	13,49	14,73	13,41	239,94	0,83
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	130	4,72	3,98	30,15	175,51	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,84	39,67	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			420	20,69	19,01	68,13	526,52	0,85
Всего				62,95	67,68	205,25	1 703,44	34,93

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.