

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

14 мая 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 | 35 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*крупа пшеничная, *сахар-песок, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод) | 150 | 4,73 | 4,69 | 17,54 | 132,17 | 0,56 |
| | ТК№043 | КАКАО С МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *какао порошок, *сахар-песок) | 160 | 3,82 | 3,90 | 10,96 | 95,19 | 0,65 |
| 2012 | | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 33 | 2,63 | 0,33 | 16,13 | 78,20 | 0,00 |
| 2012 | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод) | 7 | 0,04 | 5,89 | 0,06 | 53,41 | 0,00 |
| Итого | | | 350 | 11,22 | 14,81 | 44,69 | 358,97 | 1,21 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск) | 149 | 4,31 | 3,71 | 5,94 | 78,74 | 1,04 |
| Итого | | | 149 | 4,31 | 3,71 | 5,94 | 78,74 | 1,04 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 7 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, *капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лавровый лист, *томатная паста, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5) | 150/177 | 3,65 | 8,13 | 5,73 | 111,27 | 7,60 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*соль йодированная 1 кг, *картофель урожай 2023, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод) | 110 | 2,48 | 4,13 | 14,51 | 105,56 | 6,78 |
| 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) | 50 | 9,51 | 5,14 | 5,69 | 107,02 | 0,47 |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ЗАМ,СМОРОДИНЫ (*черная смородина, вода питьевая, *сахар-песок, *лимонная кислота) | 150 | 0,16 | 0,07 | 15,69 | 65,15 | 13,30 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий) | 40 | 2,67 | 0,32 | 17,07 | 82,67 | 0,00 |
| Итого | | | 524 | 18,47 | 17,79 | 58,69 | 471,67 | 28,15 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (*творог 9,0% весовой палеж, *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 | 22,98 | 15,19 | 21,38 | 318,18 | 0,31 |
| 2010 | 85 | СОУС СМЕТАННЫЙ (вода питьевая, *мука в/с липецкая, *сметана 15% 0,5, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок) | 30 | 0,52 | 2,20 | 4,24 | 38,97 | 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) | 180 | 5,28 | 3,60 | 8,76 | 89,04 | 0,96 |
| Итого | | | 360 | 30,38 | 21,19 | 44,20 | 493,79 | 1,29 |
| Всего | | | | 64,38 | 57,50 | 153,52 | 1 403,17 | 31,69 |

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

14 мая 2024 г.

Сад 12_3

| Сборник рецептов | № 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 (*крупа пшеничная, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод) | 180 | 5,68 | 5,86 | 20,79 | 159,57 | 0,68 |
| | ТК№043 | КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, *какао порошок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок) | 180 | 4,32 | 4,39 | 12,73 | 108,82 | 0,74 |
| 2012 | | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 33 | 2,65 | 0,33 | 16,25 | 78,75 | 0,00 |
| 2012 | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод) | 7 | 0,04 | 5,85 | 0,06 | 53,03 | 0,00 |
| Итого | | | 400 | 12,69 | 16,43 | 49,83 | 400,17 | 1,42 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск) | 179 | 5,18 | 4,46 | 7,14 | 94,63 | 1,25 |
| Итого | | | 179 | 5,18 | 4,46 | 7,14 | 94,63 | 1,25 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 7 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*картофель урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста, вода питьевая, *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023, *лавровый лист, *лук репчатый урожай 2023, *капуста урожай 2023, *окорок свиной с/м, *сметана 15% 0,5) | 180/20/9 | 4,27 | 9,68 | 6,63 | 131,32 | 8,82 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *картофель урожай 2023) | 130 | 2,93 | 4,71 | 17,11 | 123,04 | 7,99 |
| 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) | 70 | 13,42 | 7,43 | 7,75 | 151,61 | 0,67 |
| 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 | | | 639 | 24,13 | 22,30 | 71,62 | 587,25 | 33,00 |
| 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) | 150 | 26,54 | 17,10 | 24,43 | 362,60 | 0,36 |
| 2010 | 85 | СОУС СМЕТАННЫЙ (*мука в/с липецкая, *сметана 15% 0,5, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок) | 50 | 0,87 | 3,68 | 7,51 | 66,89 | 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) | 150 | 4,40 | 3,00 | 7,30 | 74,20 | 0,80 |
| Итого | | | 400 | 35,81 | 24,28 | 63,79 | 622,69 | 1,19 |
| Всего | | | | 77,81 | 67,47 | 192,38 | 1 704,74 | 36,86 |

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.