

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

18 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 | 38 | КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *пшено 0,8, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *рис длинный, *масло сливочное ярмолпрод) | 165 | 6,57 | 7,25 | 29,16 | 209,27 | 0,76 |
| 2010 | 97 | ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок) | 165 | 4,48 | 4,85 | 14,35 | 120,24 | 0,83 |
| 2012 | 1 | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 45 | 3,64 | 0,45 | 22,32 | 108,17 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод) | 10 | 0,07 | 5,81 | 0,07 | 52,50 | 0,00 |
| Итого | | | 385 | 14,76 | 18,36 | 65,90 | 490,18 | 1,59 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО (*яблоки свежие) | 91 | 0,36 | 0,36 | 8,94 | 42,87 | 9,12 |
| Итого | | | 91 | 0,36 | 0,36 | 8,94 | 42,87 | 9,12 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (*огурцы соленые, *сметана 15%, *морковь урожай 2023, *цыпленок охл, *картофель урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *крупа перловая, *масло подсолнечное 0,9 л) | 150/0/7 | 5,29 | 6,60 | 11,79 | 128,36 | 5,16 |
| 2010 | 55 | ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*цыпленок охл, *томатная паста, *мука в/с липецкая, *масло подсолнечное 0,9 л, *лавровый лист, *соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023) | 70/30 | 8,32 | 10,69 | 6,24 | 155,06 | 2,35 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод) | 80 | 6,18 | 5,25 | 27,96 | 183,51 | 0,00 |
| 2012 | | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная) | 40 | 1,20 | 0,08 | 2,53 | 15,55 | 1,60 |
| | ТК№0 48 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (*сахар-песок, *яблоки свежие, вода питьевая, *лимонная кислота) | 150 | 0,11 | 0,11 | 13,15 | 54,62 | 1,09 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий) | 55 | 1,80 | 0,40 | 17,00 | 81,60 | 0,00 |
| Итого | | | 582 | 22,90 | 23,13 | 78,67 | 618,70 | 10,20 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *крупа манная 0,7, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *творог 9,0% весовой палек, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное) | 175/20 | 32,29 | 22,06 | 39,87 | 493,17 | 0,53 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск) | 203 | 6,22 | 5,41 | 10,30 | 115,26 | 3,06 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ (*пряники) | 35 | 2,04 | 1,62 | 25,91 | 126,43 | 0,00 |
| Итого | | | 433 | 40,55 | 29,09 | 76,08 | 734,86 | 3,59 |
| Всего | | | | 78,57 | 70,94 | 229,59 | 1 886,61 | 24,50 |

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю



Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

18 июня 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 | 38 | КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*рис длинный, *сахар-песок, *пшено 0,8, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод) | 180 | 4,92 | 5,09 | 21,66 | 153,09 | 0,57 |
| 2010 | 97 | ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок) | 180 | 3,15 | 3,42 | 10,06 | 84,49 | 0,58 |
| 2012 | 1 | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 33 | 2,65 | 0,33 | 16,26 | 78,81 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод) | 7 | 0,07 | 5,81 | 0,07 | 52,50 | 0,00 |
| Итого | | | 400 | 10,79 | 14,65 | 48,05 | 368,89 | 1,15 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО (*яблоки свежие) | 105 | 0,42 | 0,42 | 10,32 | 49,50 | 10,53 |
| Итого | | | 105 | 0,42 | 0,42 | 10,32 | 49,50 | 10,53 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (*крупа перловая, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая, *цыпленок охл., *огурцы соленые, *соль йодированная 1 кг, *сметана 15%) | 180/0/9 | 4,40 | 5,38 | 8,48 | 100,25 | 3,77 |
| 2010 | 55 | ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*мука в/с липецкая, *томатная паста, *лавровый лист, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *цыпленок охл., *лук репчатый урожай 2023, *морковь урожай 2023) | 60/30 | 6,28 | 8,07 | 5,03 | 118,33 | 1,92 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод) | 100 | 4,84 | 3,89 | 21,86 | 141,59 | 0,00 |
| 2012 | | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная) | 38 | 1,14 | 0,08 | 2,41 | 14,83 | 1,53 |
| | ТК№048 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (вода питьевая, *лимонная кислота, *сахар-песок, *яблоки свежие) | 150 | 0,07 | 0,07 | 8,29 | 34,48 | 0,69 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий) | 50 | 2,25 | 0,50 | 21,25 | 102,00 | 0,00 |
| Итого | | | 617 | 18,98 | 17,99 | 67,32 | 511,48 | 7,91 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палех, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *крупа манная 0,7, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное) | 130/20 | 23,29 | 15,57 | 27,53 | 347,48 | 0,37 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск) | 201 | 6,10 | 5,30 | 10,10 | 113,00 | 3,00 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ (*пряники) | 33 | 1,93 | 1,54 | 24,59 | 120,00 | 0,00 |
| Итого | | | 384 | 31,32 | 22,41 | 62,22 | 580,48 | 3,37 |
| Всего | | | 61,51 | 55,47 | 187,91 | 1 510,35 | 22,96 | |

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.