

Утверждаю

Заведующий

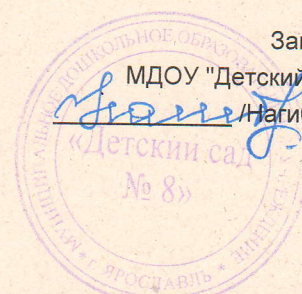
МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

19 июня 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	130	2,61	3,40	8,53	75,78	0,37
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	130	2,86	2,95	8,75	73,66	0,50
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,63	0,33	16,13	78,20	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			300	8,17	12,49	33,48	280,14	0,87
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	98	0,49	0,10	9,92	42,23	1,96
Итого			98	0,49	0,10	9,92	42,23	1,96
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг)	150/18/7	3,16	7,03	7,43	106,04	4,69
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, *соль йодированная 1 кг)	50	6,59	13,68	7,81	180,80	0,19
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	100	2,28	2,19	14,23	86,19	6,77
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	23	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*лимонная кислота, вода питьевая, *чернослив, *сахар-песок)	150	0,27	0,08	11,61	49,50	0,14
	ТК№003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			538	15,26	23,30	58,82	508,33	12,99
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	120	7,40	9,57	3,12	128,63	0,32
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (*зеленый горошек 400 гр.)	27	0,82	0,05	1,73	10,63	1,10
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	11	2,69	2,74	0,00	36,05	0,07
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло в ассортименте, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	145	0,05	0,00	16,78	67,33	0,03
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,80	0,35	17,19	83,30	0,00
Итого			338	13,76	12,71	38,82	325,94	1,52
Всего				37,68	48,60	141,04	1 156,64	17,34

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа в, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	150	4,18	5,19	14,16	120,94	0,59
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	190	4,54	4,61	13,56	114,99	0,77
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	38	3,05	0,38	18,69	90,61	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			386	11,84	15,99	46,48	379,04	1,36
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	193	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Итого			193	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель урожай 2023, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, * окорок свиной с/м, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг)	180/20/9	5,15	10,96	11,55	166,16	7,58
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *картофель урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	170	3,74	3,96	23,32	144,44	11,10
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, *соль йодированная 1 кг)	85	12,06	25,10	13,79	329,43	0,34
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	32	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*лимонная кислота, *чернослив, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,44	0,14	19,45	82,73	0,24
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	54	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			730	25,03	40,56	90,09	828,96	20,46
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	190	11,49	15,28	4,88	203,66	0,50
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (*зеленый горошек 400 гр.)	38	1,13	0,08	2,39	14,66	1,51
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	19	4,75	4,84	0,00	63,66	0,13
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло в ассортименте, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	185	0,10	0,00	26,98	108,27	0,04
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	40	3,21	0,40	19,73	95,62	0,00
Итого			472	20,68	20,60	53,98	485,87	2,18
Всего				58,51	77,39	208,31	1 771,87	25,44

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.