

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

# МЕНЮ

2 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, крупа ячневая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	180	4,82	5,15	18,35	139,91	0,60
	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, вода питьевая)	180	3,28	3,56	10,60	88,37	0,61
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	28	2,28	0,28	13,98	67,78	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>394</b>	<b>10,45</b>	<b>14,80</b>	<b>43,00</b>	<b>348,56</b>	<b>1,21</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр. г. рыбинск)	157	4,55	3,92	6,28	83,19	1,10
<b>Итого</b>			<b>157</b>	<b>4,55</b>	<b>3,92</b>	<b>6,28</b>	<b>83,19</b>	<b>1,10</b>
<b>Обед</b>								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СВИНИНОЙ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, вода питьевая, *лавровый лист, *масло подсолнечное 0,9 л, *окорок свиной с/м)	180/30	2,95	6,35	6,26	94,05	0,37
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *картофель свежий 2024)	135	3,06	4,85	17,97	128,23	8,41
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, *Филе минтая с/м, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023)	75	12,97	8,40	8,52	162,20	0,95
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	32	0,30	0,08	1,14	7,20	3,00
	ТК№0 48	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (*яблоки свежие, *лимонная кислота, *сахар-песок, вода питьевая)	180	0,12	0,12	11,00	46,21	1,18
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	33	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
<b>Итого</b>			<b>665</b>	<b>22,73</b>	<b>20,20</b>	<b>66,22</b>	<b>541,22</b>	<b>13,91</b>
<b>Ужин</b>								
2012	298	ФОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (*капуста урожай 2023, *говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (тазовая часть), *рис длинный, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	185	17,00	15,29	24,95	306,45	20,33
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (*мука в/с липецкая, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая)	40	0,51	1,34	2,22	22,99	0,01
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок, *лимоны)	180/10/5	0,10	0,00	11,82	48,41	0,72
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	26	2,07	0,26	12,70	61,57	0,00
<b>Итого</b>			<b>446</b>	<b>19,68</b>	<b>16,89</b>	<b>51,69</b>	<b>439,42</b>	<b>21,06</b>
<b>Всего</b>				<b>57,41</b>	<b>55,81</b>	<b>167,19</b>	<b>1 412,39</b>	<b>37,28</b>

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

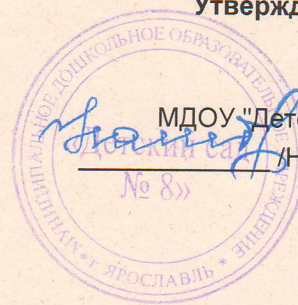
МДОУ "Детский сад № 8"

(Нагибина Л.Н./

## МЕНЮ

2 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, крупа ячневая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,01	4,22	15,14	115,19	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар-песок, *чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	160	2,90	3,14	9,57	79,00	0,54
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	28	2,25	0,28	13,84	67,07	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>344</b>	<b>9,23</b>	<b>13,45</b>	<b>38,62</b>	<b>313,76</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	130	3,78	3,26	5,22	69,14	0,91
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>3,78</b>	<b>3,26</b>	<b>5,22</b>	<b>69,14</b>	<b>0,91</b>
<b>Обед</b>								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СВИНИНОЙ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *лавровый лист, * окорок свиной с/м)	150/20	2,54	5,30	5,47	79,73	0,33
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *картофель свежий 2024, *соль йодированная 1 кг)	100	2,25	3,67	13,11	94,90	6,13
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, *филе минтая с/м, *яйцо столовое 1 категория, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023)	45	8,18	5,45	5,46	103,94	0,60
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	32	0,30	0,08	1,14	7,20	3,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (вода питьевая, *сахар-песок, *яблоки свежие, *лимонная кислота)	150	0,10	0,10	9,37	39,29	0,98
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	26	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
<b>Итого</b>			<b>523</b>	<b>16,04</b>	<b>14,92</b>	<b>51,62</b>	<b>407,73</b>	<b>11,04</b>
<b>Ужин</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (*капуста урожай 2023, *говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (тазовая часть), *рис длинный, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *яйцо столовое 1 категория)	155	14,41	13,01	21,13	260,18	17,21
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (вода питьевая, *мука в/с липецкая, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг)	30	0,40	1,02	1,77	17,93	0,01
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок, *лимоны)	180/8/4	0,11	0,00	8,64	35,75	0,72
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	17	1,38	0,17	8,48	41,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>394</b>	<b>16,30</b>	<b>14,20</b>	<b>40,02</b>	<b>354,96</b>	<b>17,94</b>
<b>Всего</b>				<b>45,35</b>	<b>45,83</b>	<b>135,48</b>	<b>1 145,59</b>	<b>30,93</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.