

Утверждаю

Заведующий  
МДОУ "Детский сад № 8"  
Нагибина Л.Н./**МЕНЮ**  
8 августа 2024 г.**Ясли 12\_3**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *крупа манная 0,7, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	130	4,39	4,73	17,40	129,92	0,53
	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *сахар-песок, *чай черный)	150	3,76	4,07	11,82	99,95	0,70
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	27	2,16	0,27	13,29	64,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	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)	75	7,26	11,97	1,27	142,07	0,10
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>17,64</b>	<b>26,85</b>	<b>43,85</b>	<b>488,84</b>	<b>1,33</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	165	0,82	0,16	16,64	70,82	3,29
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>0,82</b>	<b>0,16</b>	<b>16,64</b>	<b>70,82</b>	<b>3,29</b>
<b>Обед</b>								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*горбуша потр. б/к с/м, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	150	8,88	4,30	12,52	124,44	6,52
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (*говядина б/к 1-2 кг фас. с/м (тазовая часть), *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)	70	11,96	12,72	10,88	205,86	0,24
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	130	4,72	4,31	30,21	178,79	0,00
	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	23	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
	ТК№0 44	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (вода питьевая, *курага, *сахар-песок, *лимонная кислота)	150	0,30	0,00	20,84	41,67	0,25
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	47	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>28,82</b>	<b>21,65</b>	<b>92,19</b>	<b>636,56</b>	<b>8,21</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палех, *соль йодированная 1 кг, *крупа манная 0,7, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *изюм фас. темный, *масло сливочное ярмолпрод, *сухари панировочные, *сметана 15%, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	155/30	26,20	18,83	51,77	486,25	0,54
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,19	1,13	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	47	3,76	0,47	23,11	112,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>30,05</b>	<b>19,30</b>	<b>75,07</b>	<b>599,38</b>	<b>0,56</b>
<b>Всего</b>				<b>77,33</b>	<b>67,96</b>	<b>227,75</b>	<b>1 795,60</b>	<b>13,39</b>

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

# МЕНЮ

8 августа 2024 г.

Сад 12\_3

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*сахар-песок, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *крупа манная 0,7, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,70	4,87	18,85	138,17	0,56
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *чай черный, вода питьевая)	180	4,13	4,48	12,92	109,59	0,76
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	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)	70	6,57	11,05	1,16	130,41	0,09
<b>Итого</b>			<b>433</b>	<b>17,47</b>	<b>26,46</b>	<b>45,28</b>	<b>490,17</b>	<b>1,41</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	197	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>197</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,76</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*горбуша потр.бг с/м, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	180	9,83	4,75	13,81	137,56	7,20
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (*говядина б/к 1-2 кг фас с/м (тазовая часть), *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)	75	12,79	13,67	11,48	219,97	0,25
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод *соль йодированная 1 кг)	140	5,12	5,04	32,71	196,93	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*лимонная кислота, вода питьевая, *курага, *сахар-песок)	180	0,36	0,00	25,00	50,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	54	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>629</b>	<b>31,50</b>	<b>23,86</b>	<b>104,20</b>	<b>706,46</b>	<b>7,75</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*творог 9,0% весовой палех, *соль йодированная 1 кг, *крупа манная 0,7, *сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *изюм фас. темный, *масло сливочное ярмолпрод, *сухари панировочные, *сметана 15%, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	175/30	28,79	20,11	56,85	528,77	0,60
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,06	0,02
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	43	3,47	0,43	21,28	103,13	0,00
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>32,35</b>	<b>20,54</b>	<b>78,30</b>	<b>632,96</b>	<b>0,62</b>
<b>Всего</b>				<b>82,28</b>	<b>71,10</b>	<b>245,54</b>	<b>1 907,59</b>	<b>11,22</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.