

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

9 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		
Завтрак								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *крупя пшеничная, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,40	4,59	16,60	125,86	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (*чай черный, *сахар-песок, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	150	2,76	2,98	9,05	74,72	0,51
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	21	1,65	0,21	10,11	49,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	12	3,10	3,16	0,00	41,54	0,08
Итого			340	11,98	16,75	35,83	343,62	1,09
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	93	0,37	0,37	9,13	43,81	9,32
Итого			93	0,37	0,37	9,13	43,81	9,32
Обед								
2008	77	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая, *сметана 15%)	150/7	1,38	3,00	9,63	71,29	4,16
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*филе минтая с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	5,83	2,08	3,63	56,77	0,52
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *картофель свежий 2024)	110	2,45	3,13	14,41	96,02	6,75
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	26	0,20	0,05	0,76	4,80	2,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,97	31,87	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	41	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			534	12,58	8,58	53,36	342,35	13,43
Ужин								
2012	332	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СВИНИНОЙ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *картофель свежий 2024, *зеленый горошек 400 гр. , *капуста урожай 2023, * окорок свиной с/м)	200	8,26	15,39	14,28	229,73	10,19
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,06	0,00	8,09	32,57	0,01
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (*мука в/с липецкая, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод, *яйцо столовое 1 категория, *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	8,28	10,81	29,55	248,47	0,13
Итого			400	16,60	26,20	51,92	510,77	10,33
Всего				41,53	51,90	150,24	1 240,55	34,17

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

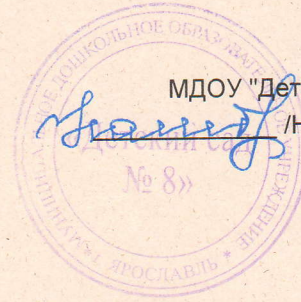
МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

9 августа 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 (* соль йодированная 1 кг, * сахар-песок, * крупа пшеничная, вода питьевая, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло сливочное ярмолпрод)	175	6,38	6,33	24,24	180,44	0,73
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (вода питьевая, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * чай черный, * сахар-песок)	180	4,23	4,58	13,45	113,05	0,79
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	27	2,14	0,27	13,15	63,74	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (* масло сливочное ярмолпрод)	9	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (* сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	21	5,29	5,39	0,00	70,83	0,14
Итого			412	18,11	22,38	50,91	480,56	1,66
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (* яблоки свежие)	130	0,52	0,52	12,75	61,15	13,01
Итого			130	0,52	0,52	12,75	61,15	13,01
Обед								
2008	77	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (* свекла урожай 2023, * картофель свежий 2024, * морковь урожай 2023, * лук репчатый урожай 2023, * томатная паста, * масло подсолнечное 0,9 л, * сахар-песок, * лимонная кислота, вода питьевая, * сметана 15%)	225/10	2,36	4,56	16,41	116,61	7,05
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (* филе минтая с/м, * батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, * лук репчатый урожай 2023, * масло подсолнечное 0,9 л)	95	11,90	4,57	7,25	118,04	1,06
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * картофель свежий 2024, * масло сливочное ярмолпрод, * соль йодированная 1 кг)	165	3,75	4,49	21,96	143,77	10,27
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	51	0,30	0,08	1,14	7,20	3,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* компотная смесь (сухофрукты), * сахар-песок, * лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	12,45	49,76	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	66	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			792	21,71	14,10	80,41	537,38	21,38
Ужин								
2012	332	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СВИНИНОЙ (* молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло сливочное ярмолпрод, * мука в/с липецкая, вода питьевая, * сахар-песок, * соль йодированная 1 кг, * морковь урожай 2023, * картофель свежий 2024, * зеленый горошек 400 гр., * капуста урожай 2023, * окорок свиной с/м)	275	11,60	21,69	20,43	324,67	14,41
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный, вода питьевая, * сахар-песок)	180	0,10	0,00	12,65	50,96	0,02
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (* мука в/с липецкая, * сахар-песок, * масло сливочное ярмолпрод, * яйцо столовое 1 категория, * соль йодированная 1 кг, * дрожжи 100 гр, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * масло подсолнечное 0,9 л)	50	8,26	10,58	29,34	245,35	0,13
Итого			505	19,96	32,27	62,42	620,98	14,56
Всего				60,30	69,27	206,49	1 700,07	50,61

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.