

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

13 августа 2024 г.

Сад 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 | 38 | КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*сахар-песок, *рис длинный, *пшено 0,8, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод) | 180 | 5,98 | 6,25 | 26,38 | 186,77 | 0,70 |
| 2010 | 97 | ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок) | 180 | 3,83 | 4,16 | 12,22 | 102,73 | 0,71 |
| 2012 | 1 | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 34 | 2,73 | 0,34 | 16,75 | 81,18 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод) | 7 | 0,07 | 5,81 | 0,07 | 52,50 | 0,00 |
| Итого | | | 401 | 12,61 | 16,56 | 55,42 | 423,18 | 1,41 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ГРУША (*груши св.) | 118 | 0,47 | 0,35 | 12,16 | 55,49 | 5,90 |
| Итого | | | 118 | 0,47 | 0,35 | 12,16 | 55,49 | 5,90 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (*морковь урожай 2023, *цыпленок охл., *огурцы соленые, *картофель свежий 2024, *масло подсолнечное 0,9 л., *соль йодированная 1 кг, *сметана 15%, *лук репчатый урожай 2023, *крупа перловая, вода питьевая) | 180/0/14 | 5,46 | 6,61 | 10,26 | 122,92 | 4,53 |
| 2010 | 55 | ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*лавровый лист, *соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, *цыпленок охл., *мука в/с липецкая, *масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста, *морковь урожай 2023) | 70/30 | 7,98 | 9,96 | 6,31 | 147,45 | 2,54 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод) | 100 | 5,82 | 4,58 | 26,32 | 169,50 | 0,00 |
| 2012 | | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная) | 42 | 1,26 | 0,08 | 2,64 | 16,22 | 1,67 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая) | 180 | 0,00 | 0,00 | 9,96 | 39,83 | 0,00 |
| | TK №003 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий) | 51 | 2,25 | 0,50 | 21,25 | 102,00 | 0,00 |
| Итого | | | 667 | 22,77 | 21,73 | 76,74 | 597,92 | 8,74 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*сахар-песок, *яйцо столовое 1 категория, *масло сливочное ярмолпрод, *творог 9,0% весовой палех, *сухари панировочные, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *крупа манная 0,7, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное) | 160/20 | 29,46 | 19,93 | 34,77 | 441,88 | 0,47 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск) | 207 | 6,28 | 5,46 | 10,40 | 116,39 | 3,09 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ (*пряники) | 32 | 1,87 | 1,49 | 23,82 | 116,25 | 0,00 |
| Итого | | | 419 | 37,61 | 26,88 | 68,99 | 674,52 | 3,56 |
| Всего | | | | 73,46 | 65,52 | 213,31 | 1 751,11 | 19,61 |

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

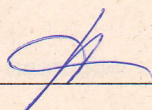
МЕНЮ

13 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 | 38 | КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*пшено 0,8, *рис длинный, вода питьевая, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмопрод) | 150 | 5,14 | 5,57 | 22,65 | 162,11 | 0,60 |
| 2010 | 97 | ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок) | 160 | 3,54 | 3,83 | 11,58 | 95,80 | 0,65 |
| 2012 | 1 | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 35 | 2,83 | 0,35 | 17,35 | 84,09 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмопрод) | 7 | 0,07 | 5,81 | 0,07 | 52,50 | 0,00 |
| Итого | | | 352 | 11,58 | 15,56 | 51,65 | 394,50 | 1,25 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ГРУША (*груши св.) | 122 | 0,49 | 0,37 | 12,61 | 57,53 | 6,12 |
| Итого | | | 122 | 0,49 | 0,37 | 12,61 | 57,53 | 6,12 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (*сметана 15%, вода питьевая, *огурцы соленые, *соль йодированная 1 кг, *морковь урожай 2023, *крупа перловая, *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *цыпленок охл., *картофель свежий 2024) | 150/0/7 | 4,24 | 5,83 | 9,18 | 106,71 | 4,04 |
| 2010 | 55 | ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*мука в/с липецкая, *цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста, *лавровый лист, *морковь урожай 2023) | 55/32 | 6,82 | 8,38 | 5,08 | 123,75 | 2,17 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмопрод) | 80 | 4,86 | 3,94 | 21,97 | 142,50 | 0,00 |
| 2012 | | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная) | 33 | 0,98 | 0,07 | 2,06 | 12,68 | 1,31 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая) | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,39 | 33,54 | 0,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий) | 43 | 1,80 | 0,40 | 17,00 | 81,60 | 0,00 |
| Итого | | | 550 | 18,70 | 18,62 | 63,68 | 500,78 | 7,52 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 46 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *яйцо столовое 1 категория, *творог 9,0% весовой палех, *крупа манная 0,7, *сахар-песок, *масло сливочное ярмопрод, *сухари панировочные, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное) | 145/20 | 26,96 | 18,12 | 33,00 | 407,93 | 0,43 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск) | 161 | 4,94 | 4,30 | 8,19 | 91,59 | 2,43 |
| 2008 | - | ПРЯНИКИ (*пряники) | 33 | 1,93 | 1,54 | 24,50 | 119,56 | 0,00 |
| Итого | | | 359 | 33,83 | 23,96 | 65,69 | 619,08 | 2,86 |
| Всего | | | | 64,60 | 58,51 | 193,63 | 1 571,89 | 17,75 |

Ст. медсестра



Фирстова А.Г.