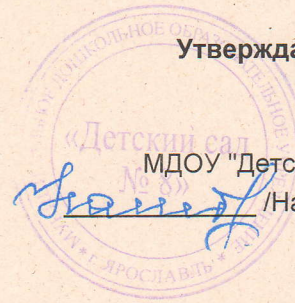


Утверждаю

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



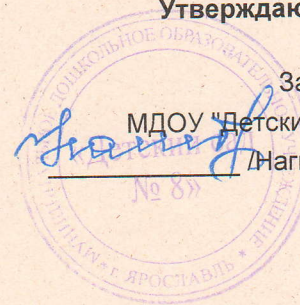
**МЕНЮ**  
**16 июля 2024 г.**  
**Сад 12\_3**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *пшено 0,8, *рис длинный, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	180	6,03	6,31	26,72	188,83	0,70
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	180	3,85	4,19	12,36	103,57	0,71
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	35	2,77	0,35	17,01	82,47	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>12,72</b>	<b>16,66</b>	<b>56,16</b>	<b>427,37</b>	<b>1,41</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л.)	191	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>191</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	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (*цыпленок охл., *соль йодированная 1 кг, *лук репчатый урожай 2023, вода питьевая, *морковь урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *крупа перловая, *сметана 15%, *картофель свежий 2024, *огурцы соленые)	180/0/9	4,62	5,89	10,40	113,72	4,58
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *томатная паста, *лавровый лист, *лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *морковь урожай 2023)	70/30	6,30	8,71	5,75	127,12	1,90
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,93	4,71	26,81	173,11	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	42	1,26	0,08	2,64	16,24	1,67
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*курага, *лимонная кислота, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,36	0,00	25,00	50,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	52	2,25	0,50	21,25	102,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>663</b>	<b>20,72</b>	<b>19,89</b>	<b>91,85</b>	<b>582,19</b>	<b>8,45</b>
<b>Ужин</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сухари панировочные, *сахар-песок, *крупа манная 0,7, *яйцо столовое 1 категория, *масло сливочное ярмолпрод, *творог 9,0% весовой палек, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	140/20	25,08	17,64	34,31	401,13	0,42
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	207	6,34	5,51	10,50	117,46	3,12
2008	-	ПРЯНИКИ (*пряники)	34	2,02	1,61	25,64	125,12	0,00
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>33,44</b>	<b>24,76</b>	<b>70,45</b>	<b>643,71</b>	<b>3,54</b>
<b>Всего</b>				<b>67,84</b>	<b>61,55</b>	<b>236,22</b>	<b>1 731,27</b>	<b>14,84</b>

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю



Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

**МЕНЮ**  
16 июля 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (вода питьевая, *сахар-песок, *пшено 0,8, *соль йодированная 1 кг, *рис длинный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,82	5,04	21,21	150,13	0,56
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	160	3,30	3,57	10,22	87,08	0,61
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,67	0,33	16,37	79,33	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>10,86</b>	<b>14,75</b>	<b>47,87</b>	<b>369,04</b>	<b>1,17</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200 г (*сок "мой" яблочный 0,2л)	133	0,41	0,11	7,68	33,72	0,63
<b>Итого</b>			<b>133</b>	<b>0,41</b>	<b>0,11</b>	<b>7,68</b>	<b>33,72</b>	<b>0,63</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ И СМЕТАНОЙ (*морковь урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *крупа перловая, *лук репчатый урожай 2023, *цыпленок охл., *сметана 15%, вода питьевая, *огурцы соленые, *соль йодированная 1 кг, *картофель свежий 2024)	150/0/7	3,36	4,66	8,49	89,69	3,80
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (*масло подсолнечное 0,9 л, *соль йодированная 1 кг, *мука в/с липецкая, *цыпленок охл., *лук репчатый урожай 2023, *лавровый лист, *томатная паста, *морковь урожай 2023)	45/30	4,98	6,94	4,35	100,05	1,43
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	4,56	3,86	20,59	135,09	0,00
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (*кукуруза консервированная)	30	0,89	0,06	1,87	11,54	1,19
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*курага, *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,30	0,00	20,84	41,67	0,25
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	40	1,80	0,40	17,00	81,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>532</b>	<b>15,89</b>	<b>15,92</b>	<b>73,14</b>	<b>459,64</b>	<b>6,67</b>
<b>Ужин</b>								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (*яйцо столовое 1 категория, *творог 9,0% весовой палёх, *сахари данировочные, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *крупа манная 0,7, *масло сливочное ярмолпрод, *масло подсолнечное 0,9 л, *молоко сгущенное)	120/20	21,12	14,50	30,09	338,99	0,36
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	148	4,53	3,94	7,50	83,90	2,23
2008		ПРЯНИКИ (*пряники)	32	1,92	1,53	24,38	118,95	0,00
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>27,57</b>	<b>19,97</b>	<b>61,97</b>	<b>541,84</b>	<b>2,59</b>
<b>Всего</b>				<b>54,73</b>	<b>50,75</b>	<b>190,66</b>	<b>1 404,24</b>	<b>11,06</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.