

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

22 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *крупа манная 0,7, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод) | 150 | 4,27 | 4,41 | 17,28 | 126,05 | 0,51 |
| | ТК№040 | ЧАЙ С МОЛОКОМ (*сахар-песок, вода питьевая, *чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск) | 180 | 3,72 | 4,04 | 11,77 | 99,22 | 0,69 |
| 2012 | 1 | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 23 | 1,85 | 0,23 | 11,33 | 54,92 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод) | 7 | 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) | 65 | 6,06 | 10,17 | 1,06 | 120,10 | 0,08 |
| Итого | | | 425 | 15,97 | 24,66 | 41,51 | 452,79 | 1,28 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | *СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л.) | 184 | 0,96 | 0,24 | 17,76 | 78,00 | 1,44 |
| Итого | | | 184 | 0,96 | 0,24 | 17,76 | 78,00 | 1,44 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 84 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*горбуша потр.б/с/м, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая) | 180 | 10,13 | 4,75 | 12,43 | 133,01 | 6,34 |
| 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 | 11,91 | 12,73 | 10,61 | 204,44 | 0,23 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг) | 130 | 4,73 | 4,65 | 30,20 | 181,80 | 0,00 |
| | ТК№044 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*сахар-песок, вода питьевая, *лимонная кислота, *курага) | 180 | 0,36 | 0,00 | 25,00 | 50,00 | 0,30 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий) | 50 | 3,40 | 0,40 | 21,20 | 102,00 | 0,00 |
| Итого | | | 610 | 30,53 | 22,53 | 99,44 | 671,25 | 6,87 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 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) | 160/30 | 26,16 | 18,43 | 52,84 | 486,76 | 0,56 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая) | 180 | 0,08 | 0,00 | 0,16 | 0,99 | 0,02 |
| 2008 | | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 40 | 3,20 | 0,40 | 19,64 | 95,20 | 0,00 |
| Итого | | | 410 | 29,44 | 18,83 | 72,64 | 582,95 | 0,58 |
| Всего | | | | 76,90 | 66,26 | 231,35 | 1 784,99 | 10,17 |

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ
22 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*крупа манная 0,7, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод) | 130 | 3,51 | 3,72 | 14,30 | 104,90 | 0,42 |
| | ТК№0 40 | ЧАЙ С МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *чай черный, вода питьевая, *сахар-песок) | 150 | 2,95 | 3,20 | 9,65 | 80,05 | 0,55 |
| 2012 | 1 | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 22 | 1,75 | 0,22 | 10,71 | 51,93 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод) | 7 | 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) | 60 | 5,86 | 9,48 | 1,02 | 112,83 | 0,08 |
| Итого | | | 369 | 14,14 | 22,43 | 35,75 | 402,21 | 1,05 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | *СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л) | 118 | 0,59 | 0,12 | 11,94 | 50,82 | 2,36 |
| Итого | | | 118 | 0,59 | 0,12 | 11,94 | 50,82 | 2,36 |
| Обед | | | | | | | | |
| 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) | 150 | 8,06 | 3,71 | 9,93 | 105,36 | 5,07 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (*говядина б/к 1-2 кг фас.с/м (газовая 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) | 60 | 9,83 | 10,70 | 8,93 | 171,25 | 0,20 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг) | 105 | 3,85 | 3,73 | 24,59 | 147,40 | 0,00 |
| | ТК№0 44 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (вода питьевая, *сахар-песок, *лимонная кислота, *курага) | 150 | 0,30 | 0,00 | 20,84 | 41,67 | 0,25 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий) | 38 | 2,72 | 0,32 | 16,96 | 81,60 | 0,00 |
| Итого | | | 503 | 24,76 | 18,46 | 81,25 | 547,28 | 5,52 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 225 | ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЁННЫМ 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) | 125/30 | 20,93 | 14,95 | 42,99 | 394,06 | 0,44 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая) | 180 | 0,07 | 0,00 | 0,15 | 0,86 | 0,02 |
| 2008 | | БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг)) | 38 | 3,05 | 0,38 | 18,75 | 90,87 | 0,00 |
| Итого | | | 373 | 24,05 | 15,33 | 61,89 | 485,79 | 0,46 |
| Всего | | | | 63,54 | 56,34 | 190,83 | 1 486,10 | 9,39 |

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.