

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

23 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	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*крупа пшеничная, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, *масло сливочное ярмолпрод)	170	4,89	4,81	18,43	137,42	0,56
	ТК№0 40	ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ (*сахар-песок, *чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	180	3,26	3,54	10,41	87,38	0,60
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	18	1,47	0,18	9,04	43,84	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% косяромской, голландский, золотое кольцо)	14	3,70	3,77	0,00	49,53	0,10
Итого			389	13,39	18,11	37,95	370,67	1,26
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	91	0,36	0,36	8,87	42,56	9,05
Итого			91	0,36	0,36	8,87	42,56	9,05
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%)	195/10	1,80	3,34	12,42	87,25	5,38
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*пикше, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	75	11,01	3,20	5,12	93,28	0,63
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *картофель свежий 2024, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	125	2,85	3,58	16,66	110,67	7,78
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	30	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	9,43	37,68	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	49	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			664	19,36	10,60	65,97	438,08	16,79
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)	215	8,89	16,41	15,50	246,09	10,96
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,08	0,00	9,59	38,63	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	7,98	10,46	28,60	240,56	0,13
Итого			445	16,95	26,87	53,69	525,28	11,11
Всего				50,06	55,94	166,48	1 376,59	38,21

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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 (*крупа пшеничная, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,89	4,91	18,47	138,37	0,56
	ТК № 40	ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *чай черный, *сахар-песок)	150	3,12	3,37	9,92	83,20	0,57
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	21	1,69	0,21	10,37	50,24	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	13	3,35	3,41	0,00	44,83	0,09
Итого			342	13,12	17,71	38,83	369,14	1,22
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	80	0,32	0,32	7,81	37,47	7,97
Итого			80	0,32	0,32	7,81	37,47	7,97
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%)	155/7	1,57	2,94	10,61	75,47	4,75
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*пикша, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	55	10,47	2,51	3,50	78,41	0,49
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*соль йодированная 1 кг, *картофель свежий 2024, *масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	120	2,76	3,21	16,06	104,54	7,50
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	23	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	9,14	36,54	0,00
	ТК № 003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	44	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			554	17,72	9,03	57,03	381,36	14,74
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)	220	9,20	17,05	15,87	254,78	11,40
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,07	0,00	9,28	37,34	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)	55	9,38	12,16	32,50	276,78	0,15
Итого			425	18,65	29,21	57,65	568,90	11,56
Всего				49,81	56,27	161,32	1 356,87	35,49

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.