

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

24 июля 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	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*вода питьевая, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *рис длинный, *масло сливочное ярмолпрод)	180	4,40	5,23	21,39	151,17	0,58
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,06	0,00	8,75	35,25	0,01
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,65	0,33	16,25	78,75	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			400	7,18	11,37	46,46	317,67	0,59
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груши св.)	130	0,52	0,39	13,38	61,07	6,50
Итого			130	0,52	0,39	13,38	61,07	6,50
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (*лук репчатый урожай 2023, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *лавровый лист, *томатная паста, *макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *морковь урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л, *цыпленок охл.)	180/30	5,44	5,55	7,48	101,77	0,82
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас. россия дет.пит. с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста)	60/30	15,10	9,65	2,66	176,11	11,47
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупка гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	100	5,68	4,54	25,65	165,91	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	50	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
Итого			630	29,55	20,14	66,80	585,82	12,29
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ (*цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	210	8,00	8,24	15,82	171,06	18,21
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	175	5,07	4,37	6,99	92,61	1,22
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (*ванилин, *яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *дрожжи 100 гр., *мука в/с липецкая, *творог 9,0% весовой палех, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	7,42	7,43	27,33	206,32	0,10
Итого			435	20,49	20,04	50,14	469,99	19,53
Всего				57,74	51,94	176,78	1 434,55	38,91

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

24 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		
Завтрак								
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, вода питьевая, *рис длинный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	150	3,68	4,29	17,99	126,04	0,48
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,06	0,00	8,79	35,38	0,01
2012	2	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,65	0,33	16,28	78,92	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			370	6,46	10,43	43,13	292,84	0,49
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груши св.)	130	0,52	0,39	13,37	61,00	6,49
Итого			130	0,52	0,39	13,37	61,00	6,49
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ (*лук репчатый урожай 2023, *лавровый лист, *макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, вода питьевая, *томатная паста, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *морковь урожай 2023, *цыпленок охл.)	150/25	4,66	4,75	6,51	87,66	0,73
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*печень говяжья фас. россия дет.лит. с/м, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с липецкая, вода питьевая, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг, *томатная паста)	50/30	13,40	8,40	2,47	155,10	10,15
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая, вода питьевая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	80	4,54	3,71	20,53	133,45	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*компотная смесь (сухофрукты), *сахар-песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,15	32,59	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
Итого			525	25,27	17,18	54,73	491,47	10,88
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ (*цыпленок охл., *масло подсолнечное 0,9 л, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *капуста урожай 2023, *томатная паста, *лук репчатый урожай 2023, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	210	7,94	8,38	15,81	172,06	18,16
2008	435	СНЕЖОК (*напиток снежок 500гр.г. рыбинск)	175	5,07	4,37	6,99	92,61	1,22
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (*яйцо столовое 1 категория, *сахар-песок, *мука в/с липецкая, *соль йодированная 1 кг, *дрожжи 100 гр, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *творог 9,0% весовой палех, *ванилин, *масло подсолнечное 0,9 л)	50	7,74	7,89	27,41	212,32	0,10
Итого			435	20,75	20,64	50,21	476,99	19,48
Всего				53,00	48,64	161,44	1 322,30	37,34

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.