

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./

## МЕНЮ

25 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>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*крупа манная 0,7, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 4 кг, *сахар-песок, вода питьевая, *масло сливочное ярмолпрод)	150	4,20	4,39	17,14	125,06	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *чай черный, *сахар-песок)	180	3,63	3,94	11,73	97,86	0,67
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	23	1,84	0,23	11,29	54,74	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	6,11	10,12	1,04	119,64	0,08
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>15,85</b>	<b>24,49</b>	<b>41,27</b>	<b>449,80</b>	<b>1,25</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л)	186	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>186</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	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*горбуша потр б/к 1-2 кг фас с/м, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, вода питьевая)	180	13,26	5,73	12,78	155,65	6,72
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	11,79	12,71	10,68	204,08	0,24
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг)	130	4,74	4,56	30,27	181,20	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*лимонная кислота, *сахар-песок, *курага, вода питьевая)	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
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>33,55</b>	<b>23,40</b>	<b>99,93</b>	<b>692,93</b>	<b>7,26</b>
<b>Ужин</b>								
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)	145/30	23,27	17,49	50,03	454,90	0,48
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (*чай черный, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	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
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>26,55</b>	<b>17,89</b>	<b>69,83</b>	<b>551,06</b>	<b>0,50</b>
<b>Всего</b>				<b>76,91</b>	<b>66,02</b>	<b>228,79</b>	<b>1 771,79</b>	<b>10,45</b>

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

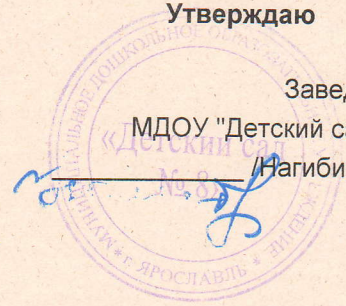
Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

**МЕНЮ**  
25 июля 2024 г.  
Ясли 12\_3



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (* соль йодированная 1 кг, * сахар-песок, * крупа манная 0,7, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, * масло сливочное ярмолпрод)	130	3,60	3,57	14,65	105,27	0,43
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (вода питьевая, * сахар-песок, * молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, * чай черный)	150	3,03	3,28	9,77	81,45	0,56
2012	1	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (* батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	23	1,82	0,23	11,18	54,21	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	6,23	10,21	1,05	120,90	0,08
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>14,75</b>	<b>23,10</b>	<b>36,72</b>	<b>414,33</b>	<b>1,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок "мой" яблочный 0,2л)	111	0,56	0,11	11,22	47,78	2,22
<b>Итого</b>			<b>111</b>	<b>0,56</b>	<b>0,11</b>	<b>11,22</b>	<b>47,78</b>	<b>2,22</b>
<b>Обед</b>								
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	9,07	3,79	8,85	105,99	4,65
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 )	60	10,23	11,28	9,12	178,78	0,21
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, * масло сливочное ярмолпрод, * соль йодированная 1 кг)	110	3,99	4,02	25,49	154,24	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (* лимонная кислота, * курага, вода питьевая, * сахар-песок)	150	0,30	0,00	20,84	41,67	0,25
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>26,31</b>	<b>19,41</b>	<b>81,26</b>	<b>562,28</b>	<b>5,11</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* творог 9,0% весовой папех, * 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 )	120/30	19,54	14,41	42,26	380,40	0,41
2010	96	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,93	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
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>22,82</b>	<b>14,81</b>	<b>62,06</b>	<b>476,53</b>	<b>0,43</b>
<b>Всего</b>				<b>64,44</b>	<b>57,43</b>	<b>191,26</b>	<b>1 500,92</b>	<b>8,83</b>

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.