

Утверждаю

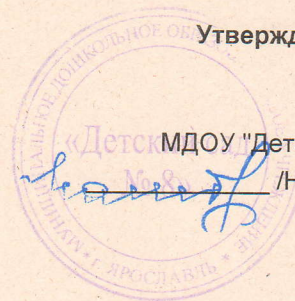
Заведующий

«Детский сад № 8»

/Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

26 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		
Завтрак								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*крупа пшеничная, *соль йодированная 1 кг, *сахар-песок, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	170	4,26	4,16	16,61	121,65	0,47
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ ;МОЛОКОМ (*сахар-песок, *чай черный, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	180	2,74	2,97	9,11	74,85	0,51
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	29	2,32	0,29	14,22	68,92	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	14	3,66	3,73	0,00	49,01	0,10
Итого			399	13,05	16,96	40,01	366,93	1,08
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	81	0,33	0,33	7,98	38,26	8,14
Итого			81	0,33	0,33	7,98	38,26	8,14
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%)	190/10	1,64	3,27	11,41	81,95	4,90
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*Филе минтая с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	75	8,71	3,22	7,52	94,03	0,74
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *картофель свежий 2024, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск)	115	2,55	3,10	15,20	99,33	7,15
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (* помидоры свежие)	31	0,30	0,08	1,14	7,20	3,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (*яблоки свежие, *лимонная кислота, *сахар-песок, вода питьевая)	180	0,09	0,09	11,28	46,88	0,93
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (* хлеб дарницкий)	59	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			660	16,69	10,16	67,75	431,39	16,72
Ужин								
2012	332	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СВИНИНОЙ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод, *мука в/с лигеецкая, 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)	200	8,05	15,12	14,03	225,38	10,02
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,07	0,00	8,82	35,51	0,02
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (*мука в/с лигеецкая, *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)	45	7,34	9,50	26,28	219,88	0,11
Итого			425	15,46	24,62	49,13	480,77	10,15
Всего				45,53	52,07	164,87	1 317,35	36,09

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н.

МЕНЮ

26 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		
Завтрак								
2010	35	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*крупа пшеничная, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *масло сливочное ярмолпрод)	150	3,90	3,83	14,85	109,96	0,43
	ТК№040	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (*чай черный, вода питьевая, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *сахар-песок)	150	2,40	2,59	7,78	64,62	0,44
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	31	2,45	0,31	15,05	72,97	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% костромской, голландский, золотое кольцо)	11	2,84	2,90	0,00	38,11	0,08
Итого			349	11,66	15,44	37,75	338,16	0,95
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки свежие)	65	0,26	0,26	6,38	30,62	6,51
Итого			65	0,26	0,26	6,38	30,62	6,51
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%)	145/7	1,32	2,51	9,27	65,20	3,93
2012	260	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (*филе минтая с/м, *батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг), вода питьевая, *лук репчатый урожай 2023, *масло подсолнечное 0,9 л)	45	5,65	2,32	4,66	62,28	0,50
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *соль йодированная 1 кг, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *картофель свежий 2024)	105	2,23	2,71	13,40	87,30	6,32
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (*помидоры свежие)	21	0,20	0,05	0,76	4,80	2,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (*сахар-песок, *яблоки свежие, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,08	0,08	9,64	40,08	0,80
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	49	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			522	12,20	7,99	54,69	341,26	13,55
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)	190	7,59	14,21	13,32	212,46	9,48
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай черный, вода питьевая, *сахар-песок)	150	0,05	0,00	7,85	31,60	0,01
2012	454	ФИРОЖКИ 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)	45	7,72	10,16	27,52	232,32	0,12
Итого			385	15,36	24,37	48,69	476,38	9,61
Всего				39,48	48,06	147,51	1 186,42	30,62

Ст.медсестра

Фирстова А.Г.