

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

/Нагибина Л.Н./



МЕНЮ

31 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	130	3,22	4,10	10,77	93,48	0,46
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	155	3,60	3,68	10,87	91,90	0,62
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	31	2,48	0,31	15,25	73,90	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			323	9,37	13,90	36,96	311,78	1,08
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок "мой" яблочный 0,2л)	105	0,53	0,11	10,63	45,26	2,11
Итого			105	0,53	0,11	10,63	45,26	2,11
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг)	150/18/7	3,62	7,49	7,93	114,23	5,28
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*картофель свежий 2024, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло сливочное ярмолпрод)	105	2,35	3,73	13,74	98,26	6,41
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (* окорок свиной с/м, *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, *соль йодированная 1 кг)	55	7,95	16,73	8,63	216,90	0,20
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	29	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*сахар-песок, *чернослив, вода питьевая, *лимонная кислота)	150	0,32	0,10	14,03	59,73	0,17
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	38	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			552	17,20	28,37	62,07	574,92	13,26
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	145	8,94	12,23	3,88	161,86	0,40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	9	2,38	2,42	0,00	31,85	0,07
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (*зеленый горошек 400 гр.)	40	1,19	0,08	2,50	15,40	1,59
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло в ассортименте, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,07	0,00	19,98	80,19	0,03
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	33	2,65	0,33	16,28	78,92	0,00
Итого			377	15,23	15,06	42,64	368,22	2,09
Всего				42,33	57,44	152,30	1 300,18	18,54

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад № 8"

Нагибина Л.Н./

МЕНЮ

31 июля 2024 г.

Сад 12_3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая, *макаронные изделия в ассорт. группа а 0,9, *масло сливочное ярмолпрод, *сахар-песок, *соль йодированная 1 кг)	150	4,25	5,18	14,19	121,14	0,60
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (*какао порошок, *сахар-песок, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, вода питьевая)	190	4,65	4,72	13,64	116,84	0,79
2012	3	БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	36	2,85	0,36	17,48	84,73	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сливочное ярмолпрод)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			384	11,82	16,07	45,38	375,21	1,39
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок фруктдрайв 1 л.)	183	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Итого			183	0,96	0,24	17,76	78,00	1,44
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ (*свекла урожай 2023, *капуста урожай 2023, *картофель свежий 2024, *морковь урожай 2023, *лук репчатый урожай 2023, *томатная паста, *масло подсолнечное 0,9 л, *сахар-песок, вода питьевая, *окорок свиной с/м, *сметана 15%, *соль йодированная 1 кг)	180/20/9	4,77	9,85	10,34	149,73	6,97
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (*масло сливочное ярмолпрод, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *картофель свежий 2024, *соль йодированная 1 кг)	140	3,18	4,99	18,46	131,99	8,63
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ ИЗ СВИНИНЫ (*окорок свиной с/м, *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, *соль йодированная 1 кг)	85	11,90	24,86	13,17	324,21	0,29
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы свежие)	32	0,24	0,00	0,78	4,20	1,20
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (*лимонная кислота, *чернослив, вода питьевая, *сахар-песок)	180	0,44	0,14	19,15	81,45	0,23
	ТК №003	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (*хлеб дарницкий)	54	3,40	0,40	21,20	102,00	0,00
Итого			700	23,93	40,24	83,10	793,58	17,32
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйцо столовое 1 категория, *молоко 3,2% 1 л. г. рыбинск, *соль йодированная 1 кг, *масло подсолнечное 0,9 л, *масло сливочное ярмолпрод)	190	11,49	15,21	4,99	203,46	0,51
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр 45% костромской, голландский, золотое кольцо)	14	3,63	3,70	0,00	48,68	0,10
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (*зеленый горошек 400 гр.)	45	1,37	0,09	2,86	17,62	1,82
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ (*повидло в ассортименте, *сахар-песок, *крахмал картофельный, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,10	0,00	27,69	111,12	0,05
2008		БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон пшеничный йодированный (0,4-0,45 кг))	38	3,02	0,38	18,56	89,96	0,00
Итого			467	19,61	19,38	54,10	470,84	2,48
Всего				56,32	75,93	200,34	1 717,63	22,63

Ст. медсестра

Фирстова А.Г.