



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ**1 февраля 2024 г.****Ясли 12 часов**

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, *соль йодированная, *крупа ячневая, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,12	3,13	16,68	112,01	0,49
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,33	59,79	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,30	2,33	11,29	75,92	0,39
Итого			332	8,50	11,52	40,37	300,22	0,88
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	150	4,22	3,64	5,82	77,12	0,42
Итого			150	4,22	3,64	5,82	77,12	0,42
Обед								
2012	82	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *макаронные изделия- высший сорт, *соль йодированная)	150	1,69	1,71	12,05	70,50	3,96
2012	297	* ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (*капуста белокочанная, *крупа рисовая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *говядина кат а, *морковь)	120	10,81	9,58	16,99	198,30	13,54
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,89	71,63	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			455	14,82	11,60	53,61	379,13	17,50
Уплполдник								
2010	272	БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сухари панировочные)	60	8,10	3,75	9,44	104,20	0,36
2012	321	* ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	120	2,51	4,28	17,07	117,20	8,29
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,14	32,79	0,01
Итого			350	12,27	8,23	44,47	301,79	8,66
Всего				39,81	34,99	144,27	1 058,26	27,46

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./



МЕНЮ

1 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, *соль йодированная, *крупа ячневая, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,94	3,74	20,04	134,47	0,59
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,48	90,84	0,47
Итого			397	10,18	12,64	48,32	349,21	1,06
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Итого			180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Обед								
2012	82	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *макаронные изделия- высший сорт, *соль йодированная)	200	2,24	2,31	15,98	93,85	5,28
2012	297	* ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (*капуста белокочанная, *крупа рисовая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *говядина кат а, *морковь)	150	13,52	12,06	21,11	247,87	16,92
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,60	46,37	0,00
Итого			575	18,74	14,77	67,77	479,87	22,20
Уплполдник								
2010	272	БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сухари панировочные)	70	9,44	4,46	10,97	122,07	0,42
2012	321	* ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,14	5,38	21,34	146,89	10,38
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
Итого			430	15,05	10,14	56,87	379,92	10,82
Всего				49,03	41,92	179,94	1 301,54	34,58

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.