



Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад №211»

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

1 марта 2024 г.

Ясли 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*сахар песок, вода питьевая, *овсяные хлопья "геркулес", *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,18	3,54	15,89	112,79	0,44
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	24	1,95	0,24	11,97	58,01	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,32	2,49	11,96	80,15	0,43
Итого			331	8,52	12,08	39,89	303,45	0,87
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,75	61,15	13,01
Итого			130	0,52	0,52	12,75	61,15	13,01
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	150	2,02	1,01	7,07	45,54	0,20
2012	310	*СУФЛЕ КУРИНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *яйца куриные (шт.), *куриная грудка охлажденная, *масло подсолнечное рафинированое)	55	8,80	16,00	6,90	207,00	0,44
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,13	7,73	31,17	214,89	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	37	2,44	0,32	15,63	75,21	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			502	18,39	25,06	70,45	581,34	0,64
Упполдник								
2012	294	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (*говяжья печень, *крупа рисовая, *лук репчатый, *масло сладко- сливочное несоленое, *яйца куриные (шт.))	110	13,65	5,89	13,35	174,83	9,77
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	25	0,35	0,93	1,48	15,77	0,01
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	19	1,55	0,19	9,51	46,11	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,30	33,41	0,01
Итого			304	15,61	7,01	32,64	270,12	9,79
Всего				43,04	44,67	155,73	1 216,06	24,31

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.



Заведующий
МДОУ "Детский сад №211"
Шубникова Е.М./

МЕНЮ
1 марта 2024 г.
Сад 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, *соль йодированная, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,01	4,24	18,92	134,73	0,53
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	29	2,33	0,29	14,28	69,20	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,79	3,00	14,22	95,70	0,52
Итого			396	10,20	13,34	47,49	352,13	1,05
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	195	2,64	1,30	9,31	59,64	0,25
2012	310	*СУФЛЕ КУРИНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *яйца куриные (шт.), *куриная грудка охлажденная, *масло подсолнечное рафинированное)	60	10,17	18,51	8,00	239,47	0,51
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,85	36,77	251,13	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	47	3,13	0,42	20,02	96,32	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,63	46,51	0,00
Итого			612	21,99	29,08	85,73	693,07	0,76
Упполдник								
2012	294	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (*говяжья печень, *крупа рисовая, *лук репчатый, *масло сладко- сливочное несоленое, *яйца куриные (шт.))	140	17,10	7,50	16,74	220,61	12,19
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	30	0,42	1,12	1,79	18,96	0,01
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	24	1,94	0,24	11,92	57,80	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
Итого			374	19,53	8,86	40,28	336,93	12,22
Всего				52,24	51,80	186,24	1 443,24	27,03

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.