



МЕНЮ
2 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, вода питьевая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,16	3,51	15,71	111,78	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)	25	2,01	0,25	12,33	59,79	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,30	2,46	11,77	79,07	0,42
Итого			332	8,54	12,03	39,88	303,14	0,86
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,75	61,14	13,01
Итого			130	0,52	0,52	12,75	61,14	13,01
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный, *куриная грудка филе)	150	6,01	5,02	7,23	98,12	0,35
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка филе, *сухари панировочные, *масло сладко- сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, *молоко пастер. 3,2% жирности)	60	10,37	10,53	9,63	174,71	0,42
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,12	7,56	31,14	213,14	0,00
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			505	23,82	23,42	72,57	596,30	0,77
Упполдник								
2012	294	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (*говяжья печень, *крупа рисовая, *лук репчатый, *масло сладко- сливочное несоленое, *яйца куриные (шт.))	120	15,60	6,43	13,40	190,15	11,15
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	25	0,35	0,91	1,52	15,78	0,01
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			315	17,61	7,54	32,88	286,32	11,17
Всего				50,49	43,51	158,08	1 246,90	25,81

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./

МЕНЮ

2 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная, *овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,97	4,20	18,89	134,07	0,52
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
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,76	2,96	14,18	95,08	0,52
Итого			397	10,20	13,27	47,87	353,05	1,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный, *куриная грудка филе)	200	7,98	6,69	9,54	130,36	0,47
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка филе, *сухари панировочные, *масло сладко- сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, *молоко пастер. 3,2% жирности)	70	12,06	12,36	11,15	204,02	0,49
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,86	36,74	250,98	0,00
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	11,65	46,56	0,00
Итого			625	29,07	28,31	88,16	723,70	0,96
Уплполдник								
2012	294	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (*говьяжья печень, *крупа рисовая, *лук репчатый, *масло сладко- сливочное несоленое, *яйца куриные (шт.))	150	19,41	7,95	16,74	236,64	13,93
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	30	0,42	1,13	1,80	19,11	0,01
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,55	0,02
Итого			385	21,90	9,33	40,65	354,80	13,96
Всего				61,69	51,43	189,42	1 492,65	28,96

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.