

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**2 октября 2024 г.**  
**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, вода питьевая, *крупа рисовая, *соль йодированная, *молоко пастер 3,2% жирности)	150	3,61	2,70	20,64	121,90	0,42
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер 3,2% жирности)	150	2,85	2,85	12,29	86,99	0,48
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>8,50</b>	<b>11,58</b>	<b>45,27</b>	<b>320,75</b>	<b>0,90</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер 3,2% жирности)	160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>4,50</b>	<b>4,97</b>	<b>7,29</b>	<b>93,12</b>	<b>0,83</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *крупа перловая, *морковь, *лук репчатый, *огурцы соленые, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	150	1,51	4,24	10,10	84,91	4,03
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, *крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная)	110	6,19	4,82	28,00	179,89	0,00
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*соль йодированная, *мука пшеничная высш. сорт, *говяжья печень, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, *лук репчатый)	50/50	16,26	12,37	4,23	212,41	12,10
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	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
<b>Итого</b>			<b>545</b>	<b>26,28</b>	<b>21,74</b>	<b>66,85</b>	<b>587,30</b>	<b>16,13</b>
<b>Упполдник</b>								
2010	69	* РАГУ С ПТИЦЕЙ (*куриная грудка охлажденная, *масло сладко-сливочное несоленое, *масло подсолнечное рафинированное, *картофель, *лук репчатый, *морковь, *капуста белокачанная, *томатная паста, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *соль йодированная, *лавровый лист)	175	10,76	24,17	23,51	355,93	18,66
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (*сахар песок, *лимон, вода питьевая, *чай)	150/7/3	0,09	0,00	8,47	34,79	0,58
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>12,45</b>	<b>24,37</b>	<b>41,80</b>	<b>438,32</b>	<b>19,24</b>
<b>Всего</b>				<b>51,73</b>	<b>62,66</b>	<b>161,21</b>	<b>1 439,49</b>	<b>37,10</b>

Ст медсестра \_\_\_\_\_ Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

2 октября 2024 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*крупа рисовая, *соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,33	3,24	24,75	146,23	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,80	0,06	52,58	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,41	3,42	14,73	104,27	0,58
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,18</b>	<b>12,76</b>	<b>54,27</b>	<b>374,48</b>	<b>1,08</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,06</b>	<b>5,59</b>	<b>8,21</b>	<b>104,76</b>	<b>0,94</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *крупа перловая, *морковь, *лук репчатый, *огурцы соленые, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	200/10	2,02	5,62	13,49	113,17	5,37
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, вода питьевая)	130	7,33	5,58	33,18	211,92	0,00
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*масло подсолнечное рафинированное, *соль йодированная, *мука пшеничная высш сорт, *говяжья печень, вода питьевая, * сметана 15% жирности, *лук репчатый)	60/60	17,62	13,34	4,56	229,45	13,11
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
<b>Итого</b>			<b>685</b>	<b>29,95</b>	<b>24,94</b>	<b>81,96</b>	<b>692,88</b>	<b>18,48</b>
<b>Упполдник</b>								
2010	69	* РАГУ С ПТИЦЕЙ (*куриная грудка охлажденная, *масло сладко-сливочное несоленое, *масло подсолнечное рафинированное, *картофель, *лук репчатый, *морковь, *капуста белокочанная, *томатная паста, *мука пшеничная высш сорт, *сахар песок, *соль йодированная, *лавровый лист)	200	12,33	27,52	26,77	405,51	21,33
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (*сахар песок, *лимон, вода питьевая, *чай )	180/7/3	0,11	0,00	9,96	40,95	0,70
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>14,44</b>	<b>27,77</b>	<b>49,01</b>	<b>505,96</b>	<b>22,03</b>
<b>Всего</b>				<b>59,63</b>	<b>71,06</b>	<b>193,45</b>	<b>1 678,08</b>	<b>42,53</b>

Ст медсестра \_\_\_\_\_ Перевозчикова Н.А.