



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./

МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, вода питьевая, *крупа рисовая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3.2% жирности)	150	3,61	2,70	20,71	122,19	0,42
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,71	0,06	51,76	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,34	59,80	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3.2% жирности)	150	2,86	2,86	12,26	86,89	0,48
Итого			332	8,51	11,52	45,37	320,64	0,90
II Завтрак								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
Итого			160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
Обед								
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	1,52	4,30	10,17	85,79	4,04
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*говяжья печень, *мука пшеничная высш. сорт, *масло подсолнечное рафинированное, *соль йодированная, вода питьевая, *томатная паста, * сметана 15% жирности, *лук репчатый)	50/50	16,53	12,28	5,22	217,04	13,16
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, *крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная)	110	6,20	4,69	28,01	178,87	0,00
2012	54	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (*свекла, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *сахар песок, *томатная паста)	20	0,54	1,02	2,91	23,30	1,79
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,33	0,31	14,89	71,65	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	150	0,07	0,07	19,15	77,99	0,75
Итого			565	27,19	22,67	80,35	654,64	19,74
Уплполдник								
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)	175	10,78	24,15	23,59	356,30	18,69
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	8,43	34,64	0,57
Итого			355	12,47	24,35	41,84	438,54	19,26
Всего				52,67	63,51	174,85	1 506,94	40,73

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

3 апреля 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	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*крупа рисовая, *соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *молоко пастер 3.2% жирности)	180	4,33	3,24	24,70	146,08	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,77	0,06	52,29	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	3,42	3,42	14,75	104,40	0,58
Итого			397	10,18	12,73	54,24	374,17	1,08
II Завтрак								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
Итого			180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
Обед								
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	13,48	113,15	5,37
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*соль йодированная, *говяжья печень, *мука пшеничная высш.сорт, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, * сметана 15% жирности, *лук репчатый)	60/60	17,93	13,35	5,80	236,13	14,28
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, вода питьевая)	130	7,33	5,55	33,17	211,69	0,00
2012	54	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (*свекла, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *сахар песок, *томатная паста)	35	0,94	1,78	5,03	40,38	3,08
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,86	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	180	0,09	0,09	23,06	93,94	0,90
Итого			720	31,29	26,79	99,63	787,15	23,63
Упполдник								
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	27,56	26,73	405,84	21,33
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,60	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	0,69
Итого			415	14,44	27,81	48,98	506,39	22,02
Всего				60,97	72,92	211,06	1 772,47	47,67

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.