

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад №211»

/Шубникова Е.М./

## МЕНЮ

4 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2010                          | 31                  | *КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ<br>(*сахар песок, *соль йодированная, вода питьевая, *крупа манная, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                                                                                                                                        | 150    | 3,86              | 2,76       | 16,90            | 107,93                                             | 0,44                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(*масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                                                                                                                                                | 7      | 0,07              | 5,81       | 0,07             | 52,50                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 213                 | * ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ<br>(*яйца куриные (шт.))                                                                                                                                                                                                                                                                               | 40     | 4,96              | 4,49       | 0,27             | 61,29                                              | 0,00                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                                                                                                              | 25     | 2,00              | 0,25       | 12,28            | 59,50                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 395                 | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)                                                                                                                                                                                                         | 150    | 2,32              | 2,33       | 11,40            | 76,38                                              | 0,39                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 372    | 13,21             | 15,64      | 40,92            | 357,60                                             | 0,83                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 401                 | *СНЕЖОК<br>(*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                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 92                  | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ<br>(*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *рыба минтай филе, *соль йодированная)                                                                                                                                                           | 150    | 3,00              | 2,25       | 14,26            | 87,79                                              | 9,00                  |
| 2010                          | 59                  | * КОТЛЕТА МЯСНАЯ<br>(*говядина кат а, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)                                                                                                                              | 60     | 10,05             | 9,84       | 11,44            | 174,52                                             | 0,27                  |
| 2012                          | 317                 | * МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>(*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)                                                                                                                                                                                                                 | 110    | 5,13              | 7,68       | 31,15            | 214,30                                             | 0,00                  |
| 2008                          |                     | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб ржаной)                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 35     | 2,32              | 0,31       | 14,84            | 71,39                                              | 0,00                  |
| 2010                          | 91                  | * КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)                                                                                                                                                                                                                 | 150    | 0,00              | 0,00       | 9,68             | 38,70                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 505    | 20,50             | 20,08      | 81,37            | 586,70                                             | 9,27                  |
| Уплполдник                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 234                 | * ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ<br>СГУЩЕННЫМ<br>(*мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *виноград сушеный (изюм), *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности) | 120/25 | 18,01             | 16,31      | 41,30            | 387,26                                             | 0,27                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                                                                                                              | 20     | 1,60              | 0,20       | 9,82             | 47,60                                              | 0,00                  |
| 2010                          | 96                  | * ЧАЙ<br>(*чай, вода питьевая)                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 150    | 0,06              | 0,00       | 0,12             | 0,70                                               | 0,01                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 315    | 19,67             | 16,51      | 51,24            | 435,56                                             | 0,28                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |        | 57,60             | 55,87      | 179,35           | 1 456,98                                           | 10,80                 |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

**МЕНЮ**  
**4 апреля 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2010                          | 31                  | *КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ<br>(*крупа манная, *сахар песок, *соль йодированная, вода питьевая, *молоко пастер 3.2% жирности)                                                                                                                                                                                     | 180    | 4,62              | 3,29       | 20,38            | 129,89                                             | 0,52                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(*масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                                                                                                                                            | 7      | 0,07              | 5,81       | 0,07             | 52,50                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 213                 | * ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ<br>(*яйца куриные (шт.))                                                                                                                                                                                                                                                                           | 40     | 4,92              | 4,45       | 0,27             | 60,76                                              | 0,00                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                                                                                                          | 30     | 2,40              | 0,30       | 14,73            | 71,40                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 395                 | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая)                                                                                                                                                                                                      | 180    | 2,77              | 2,79       | 13,54            | 91,07                                              | 0,47                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 437    | 14,78             | 16,64      | 48,99            | 405,62                                             | 0,99                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 401                 | *СНЕЖОК<br>(*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                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 92                  | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ<br>(*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *рыба минтай филе, *соль йодированная)                                                                                                                                                       | 200    | 4,00              | 3,00       | 19,00            | 117,00                                             | 12,00                 |
| 2010                          | 59                  | * КОТЛЕТА МЯСНАЯ<br>(*говядина кат а, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)                                                                                                                          | 70     | 11,73             | 11,55      | 13,31            | 204,30                                             | 0,31                  |
| 2012                          | 317                 | * МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>(*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)                                                                                                                                                                                                             | 130    | 6,04              | 8,79       | 36,72            | 250,26                                             | 0,00                  |
| 2008                          |                     | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб ржаной)                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 45     | 2,98              | 0,40       | 19,09            | 91,86                                              | 0,00                  |
| 2010                          | 91                  | * КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)                                                                                                                                                                                                             | 180    | 0,00              | 0,00       | 11,62            | 46,44                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 625    | 24,75             | 23,74      | 99,74            | 709,86                                             | 12,31                 |
| Уплполдник                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 234                 | * ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ<br>(*мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *виноград сушеный (изюм), *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко сгущенное с сахаром 8.5% жирности, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности) | 170/30 | 23,97             | 21,67      | 54,99            | 515,18                                             | 0,36                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                                                                                                          | 25     | 2,00              | 0,25       | 12,29            | 59,60                                              | 0,00                  |
| 2010                          | 96                  | * ЧАЙ<br>(*чай , вода питьевая)                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 180    | 0,07              | 0,00       | 0,15             | 0,86                                               | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 405    | 26,04             | 21,92      | 67,43            | 575,64                                             | 0,38                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |        | 70,63             | 66,67      | 223,14           | 1 783,66                                           | 14,18                 |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.