

Утверждаю

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

## МЕНЮ

4 декабря 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	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, *крупа манная, вода питьевая, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,87	2,76	17,10	108,77	0,44
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	2,84	2,85	12,37	87,20	0,48
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>8,78</b>	<b>11,67</b>	<b>41,82</b>	<b>307,97</b>	<b>0,92</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>12,38</b>	<b>53,75</b>	<b>2,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ и МЯСОМ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *горох лущеный, *соль йодированная, * свинина б/к)	150	4,97	7,28	11,23	94,85	2,79
2012	247	*РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *рыба минтай филе)	80	8,47	4,42	1,43	79,61	0,96
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,51	4,39	17,09	118,32	8,31
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (*огурцы соленые)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
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>565</b>	<b>18,51</b>	<b>16,43</b>	<b>54,78</b>	<b>406,77</b>	<b>13,56</b>
<b>Упполдник</b>								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,13	7,40	31,19	211,95	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	13	2,91	3,70	0,00	45,66	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,75	0,01
<b>Итого</b>			<b>293</b>	<b>9,70</b>	<b>11,30</b>	<b>41,14</b>	<b>305,96</b>	<b>0,05</b>
<b>Всего</b>				<b>37,62</b>	<b>39,53</b>	<b>150,12</b>	<b>1 074,45</b>	<b>17,03</b>

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

Утверждаю

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

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

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*крупа манная, вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *молоко пастер. 3.2% жирности)	180	4,62	3,30	20,42	130,10	0,52
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3.2% жирности)	180	3,42	3,42	14,76	104,41	0,58
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,51</b>	<b>12,83</b>	<b>49,98</b>	<b>358,41</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,20</b>	<b>19,80</b>	<b>86,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И МЯСОМ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *горох лущеный, *соль йодированная, *свинина б/к)	200	6,63	9,55	15,04	125,95	3,72
2012	247	*РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *рыба минтай филе)	80	8,47	4,41	1,41	79,40	0,95
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3.2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,15	5,45	21,35	147,54	10,38
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы соленые)	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
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	11,63	46,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>695</b>	<b>21,55</b>	<b>19,85</b>	<b>69,19</b>	<b>496,37</b>	<b>17,05</b>
<b>Упполдник</b>								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,80	36,73	250,38	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	15	3,38	4,29	0,00	52,89	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>11,50</b>	<b>13,34</b>	<b>49,16</b>	<b>363,63</b>	<b>0,06</b>
<b>Всего</b>				<b>44,56</b>	<b>46,22</b>	<b>188,13</b>	<b>1 304,41</b>	<b>22,21</b>

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