

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

6 декабря 2024 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, вода питьевая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,17	3,52	15,90	112,52	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	59,76	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,30	2,47	11,71	78,87	0,42
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>8,55</b>	<b>12,05</b>	<b>40,01</b>	<b>303,65</b>	<b>0,86</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ГРУША (*груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,30</b>	<b>10,30</b>	<b>47,00</b>	<b>5,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	150	2,39	1,37	7,15	50,61	0,21
2012	310	*СУФЛЕ КУРИНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *яйца куриные (шт.), *куриная грудка охлажденная, *масло подсолнечное рафинированное)	50	9,31	15,32	5,73	197,99	0,45
2008	181	* КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа перловая, вода питьевая, *соль йодированная, *масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,30	3,81	23,34	140,37	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,88	71,61	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	150	0,07	0,07	19,20	78,21	0,75
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>17,39</b>	<b>20,88</b>	<b>70,30</b>	<b>538,79</b>	<b>1,41</b>
<b>Упполдник</b>								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,69	5,14	14,94	125,91	0,62
2012	474	* БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (*мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *дрожжи, *соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко пастер. 3,2% жирности)	50	3,66	4,20	30,03	172,39	0,02
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,08	32,57	0,01
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>8,41</b>	<b>9,34</b>	<b>53,05</b>	<b>330,87</b>	<b>0,65</b>
<b>Всего</b>				<b>34,75</b>	<b>42,57</b>	<b>173,66</b>	<b>1 220,31</b>	<b>7,92</b>

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

Утверждаю

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

# МЕНЮ

6 декабря 2024 г.  
Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
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	4,21	18,83	133,86	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	95,06	0,52
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,20</b>	<b>13,28</b>	<b>47,81</b>	<b>352,82</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ГРУША (*груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,01	5,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,30</b>	<b>10,30</b>	<b>47,01</b>	<b>5,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	200	3,17	1,81	9,55	67,42	0,27
2012	310	*СУФЛЕ КУРИНОЕ (*молоко пастер 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *яйца куриные (шт.), *куриная грудка охлажденная, *масло подсолнечное рафинированное)	60	11,17	18,33	6,79	236,88	0,53
2008	181	* КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа перловая, вода питьевая, *соль йодированная, *масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,90	4,50	27,60	166,00	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	180	0,09	0,09	23,06	93,94	0,90
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>21,31</b>	<b>25,13</b>	<b>86,09</b>	<b>656,10</b>	<b>1,70</b>
<b>Упллодник</b>								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер 3,2% жирности)	180	5,62	6,13	17,86	150,19	0,75
2012	474	* БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (*мука пшеничная высш сорт, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *дрожжи, *соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко пастер 3,2% жирности)	50	3,66	4,17	29,79	171,15	0,02
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>9,35</b>	<b>10,30</b>	<b>57,48</b>	<b>360,90</b>	<b>0,79</b>
<b>Всего</b>				<b>41,26</b>	<b>49,01</b>	<b>201,68</b>	<b>1 416,83</b>	<b>8,53</b>

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