

Утверждаю

Заведующий

МДО "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./



# МЕНЮ

7 июня 2024 г.

Ясли 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ <small>(*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, вода питьевая, *соль йодированная, *молоко пастер 3.2% жирности)</small>	150	4,16	3,51	15,72	111,72	0,44
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) <small>(*масло сладко-сливочное несоленое)</small>	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН <small>(*батон пшеничный йодированный)</small>	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ <small>(вода питьевая, *сахар песок, *чай, *молоко пастер 3.2% жирности)</small>	150	2,30	2,46	11,74	78,92	0,42
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>8,53</b>	<b>12,03</b>	<b>39,81</b>	<b>302,64</b>	<b>0,86</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(*сок яблочный)</small>	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	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ <small>(*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)</small>	150	2,38	1,36	7,16	50,52	0,20
2012	310	*СУФЛЕ КУРИНОЕ <small>(*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)</small>	60	11,18	18,35	6,75	236,88	0,53
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)</small>	110	5,12	7,53	31,09	212,68	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(*хлеб ржаной)</small>	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)</small>	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>21,00</b>	<b>27,55</b>	<b>69,52</b>	<b>610,17</b>	<b>0,73</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	294	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ <small>(*говяжья печень, *крупа рисовая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *яйца куриные (шт))</small>	130	16,82	6,96	14,49	205,46	12,07
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 <small>(* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, *соль йодированная)</small>	30	0,41	1,13	1,77	18,93	0,01
2008		*БАТОН <small>(*батон пшеничный йодированный)</small>	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(*чай, вода питьевая, *сахар песок)</small>	150	0,06	0,00	8,11	32,65	0,01
2008		ГРУША <small>(*груша)</small>	130	0,52	0,39	13,40	61,14	6,50
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>19,41</b>	<b>8,68</b>	<b>47,59</b>	<b>365,78</b>	<b>18,59</b>
<b>Всего</b>				<b>49,57</b>	<b>48,39</b>	<b>169,30</b>	<b>1 332,34</b>	<b>22,68</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./



# МЕНЮ

7 июня 2024 г.  
Сад 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, *сахар песок, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,35	3,87	15,81	116,31	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	29	2,30	0,29	14,11	68,40	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,73	2,93	14,14	94,56	0,51
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>9,45</b>	<b>12,90</b>	<b>44,13</b>	<b>331,77</b>	<b>1,03</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	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	205	3,55	2,23	9,28	71,61	0,29
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	12,24	19,57	6,22	250,08	0,56
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	135	6,06	10,16	36,73	262,71	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	44	2,92	0,39	18,71	90,04	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,60	46,37	0,00
<b>Итого</b>			<b>624</b>	<b>24,77</b>	<b>32,35</b>	<b>82,54</b>	<b>720,81</b>	<b>0,85</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	294	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (*говяжья печень, *крупа рисовая , *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *яйца куриные (шт.))	135	18,46	8,30	13,81	223,31	13,01
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	40	0,60	1,76	2,42	27,93	0,02
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	24	1,92	0,24	11,81	57,25	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
2008		ГРУША (*груша)	199	0,80	0,60	20,49	93,51	9,95
<b>Итого</b>			<b>578</b>	<b>21,85</b>	<b>10,90</b>	<b>58,36</b>	<b>441,56</b>	<b>23,00</b>
<b>Всего</b>				<b>57,07</b>	<b>56,35</b>	<b>204,83</b>	<b>1 580,14</b>	<b>28,88</b>

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