

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

**МЕНЮ**

8 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                          | 37                  | * КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ<br>(вода питьевая, *сахар песок, *соль йодированная, *кукуруза крупа, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                         | 150   | 4,21              | 3,33       | 18,46            | 121,17                                             | 0,98                  |
| 2008                          |                     | *ПЕЧЕНЬЕ<br>(*печенье сахарное мука высш. сорт)                                                                                                                                                | 25    | 1,88              | 2,46       | 18,69            | 104,75                                             | 0,00                  |
| 2012                          | 395                 | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)                                                                                 | 150   | 2,30              | 2,33       | 11,29            | 75,92                                              | 0,39                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                | 325   | 8,39              | 8,12       | 48,44            | 301,84                                             | 1,37                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>(*сок яблочный)                                                                                                                                                                | 125   | 0,63              | 0,13       | 12,38            | 53,75                                              | 2,50                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                | 125   | 0,63              | 0,13       | 12,38            | 53,75                                              | 2,50                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2010                          | 57                  | *ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ<br>(*морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, *соль йодированная, *лавровый лист, *картофель, *свинина б/к)                           | 200   | 12,36             | 33,99      | 22,27            | 231,20                                             | 11,19                 |
| 2012                          | 81                  | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ и<br>МЯСОМ СВИНИНЫ<br>(*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *горох лущеный, *соль йодированная, *свинина б/к) | 150   | 4,97              | 7,09       | 11,25            | 93,47                                              | 2,79                  |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ<br>(*огурцы грунтовые)                                                                                                                                                           | 30    | 0,24              | 0,03       | 0,75             | 4,20                                               | 3,00                  |
| 2008                          |                     | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб ржаной)                                                                                                                                                                 | 45    | 2,99              | 0,40       | 19,13            | 92,03                                              | 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                         |                     |                                                                                                                                                                                                | 575   | 20,56             | 41,51      | 63,08            | 459,60                                             | 16,98                 |
| Уплполдник                    |                     |                                                                                                                                                                                                |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 247                 | *РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ<br>(вода питьевая, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *рыба минтай филе)                                                                   | 80    | 8,47              | 4,28       | 1,42             | 78,30                                              | 0,96                  |
| 2012                          | 315-211             | * РИС ОТВАРНОЙ<br>(*крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                          | 110   | 2,71              | 4,47       | 28,30            | 164,29                                             | 0,00                  |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(*чай, вода питьевая, *сахар песок)                                                                                                                                           | 150   | 0,06              | 0,00       | 8,14             | 32,79                                              | 0,01                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                      | 20    | 1,60              | 0,20       | 9,82             | 47,60                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                | 360   | 12,84             | 8,95       | 47,68            | 322,98                                             | 0,97                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                |       | 42,42             | 58,71      | 171,58           | 1 138,17                                           | 21,82                 |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.



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

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                             | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2010                          | 37                  | * КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ<br>(*сахар песок, *соль йодированная, вода питьевая, *кукуруза крупа, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                         | 180   | 5,05              | 3,98       | 22,25            | 145,75                                        | 1,17                  |
| 2008                          |                     | *ПЕЧЕНЬЕ<br>(*печенье сахарное мука высш.сорт)                                                                                                                                                 | 25    | 1,88              | 2,45       | 18,63            | 104,42                                        | 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       | 13,48            | 90,85                                         | 0,47                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                | 385   | 9,70              | 9,22       | 54,36            | 341,02                                        | 1,64                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>(*сок яблочный)                                                                                                                                                                | 200   | 1,00              | 0,20       | 19,80            | 86,00                                         | 4,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                | 200   | 1,00              | 0,20       | 19,80            | 86,00                                         | 4,00                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 81                  | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ и<br>МЯСОМ СВИНИНЫ<br>(*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *горох лущеный, *соль йодированная, *свинина б/к) | 200   | 6,65              | 9,56       | 15,06            | 125,80                                        | 3,72                  |
| 2010                          | 57                  | *ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ<br>(*морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, *соль йодированная, *лавровый лист, *картофель, *свинина б/к)                           | 220   | 13,61             | 37,43      | 24,51            | 254,74                                        | 12,33                 |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ<br>(*огурцы грунтовые)                                                                                                                                                           | 35    | 0,28              | 0,03       | 0,87             | 4,89                                          | 3,49                  |
| 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                         |                     |                                                                                                                                                                                                | 680   | 23,52             | 47,42      | 71,15            | 523,73                                        | 19,54                 |
| Уплполдник                    |                     |                                                                                                                                                                                                |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 247                 | *РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ<br>(вода питьевая, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *рыба минтай филе)                                                                   | 80    | 8,45              | 4,38       | 1,43             | 79,12                                         | 0,96                  |
| 2012                          | 315-<br>211         | * РИС ОТВАРНОЙ<br>(*крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                          | 130   | 3,18              | 5,13       | 33,36            | 192,28                                        | 0,00                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                      | 25    | 2,00              | 0,25       | 12,29            | 59,60                                         | 0,00                  |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(*чай, вода питьевая, *сахар песок)                                                                                                                                           | 180   | 0,07              | 0,00       | 9,83             | 39,56                                         | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                | 415   | 13,70             | 9,76       | 56,91            | 370,56                                        | 0,98                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                |       | 47,92             | 66,60      | 202,22           | 1 321,31                                      | 26,16                 |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.