

Утверждаю

Заведующий

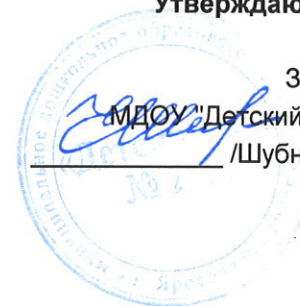
МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

9 сентября 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		
Завтрак								
2010	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *кукуруза крупа, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,21	3,33	18,54	121,46	0,98
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш. сорт)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,31	2,33	11,24	75,71	0,39
Итого			325	8,40	8,11	48,38	301,42	1,37
II Завтрак								
2012	371	* МАНДАРИН (*мандарин)	100	0,77	0,19	7,18	36,35	14,99
Итого			100	0,77	0,19	7,18	36,35	14,99
Обед								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * фасоль)	150	3,20	3,28	11,19	88,20	3,75
2012	277	* ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (*говядина кат а, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая)	60	9,14	9,18	2,12	127,54	0,40
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *крупа гречневая ядрица)	110	6,19	4,82	28,00	179,89	0,00
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)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			515	21,51	17,68	70,07	526,11	4,15
Упполдник								
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сахар панировочные, *молоко пастер. 3,2% жирности)	60	8,10	3,83	9,39	104,61	0,36
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,51	4,36	17,07	117,92	8,29
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (*сахар песок, *лимон, вода питьевая, *чай)	150/7/3	0,09	0,00	8,47	34,79	0,58
Итого			360	12,30	8,39	44,75	304,92	9,23
Всего				42,98	34,37	170,38	1 168,80	29,74

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

9 сентября 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		
Завтрак								
2010	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, вода питьевая, *сахар песок, *кукуруза крупа, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,05	3,99	22,29	145,94	1,18
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,48	90,85	0,47
Итого			390	10,07	9,72	58,09	361,89	1,65
II Завтрак								
2012	371	* МАНДАРИН (*мандарин)	100	0,77	0,19	7,18	36,38	15,00
Итого			100	0,77	0,19	7,18	36,38	15,00
Обед								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * фасоль)	200	4,28	4,36	14,93	117,49	5,00
2012	277	* ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (*говядина кат а, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	70	10,62	10,66	2,48	148,27	0,46
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*соль йодированная, *масло сладко-сливочное несоленое, *крупа гречневая ядрица, вода питьевая)	130	7,33	5,52	33,18	211,50	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,86	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,65	46,58	0,00
Итого			625	25,21	20,94	81,33	615,70	5,46
Уплподник								
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сахари панировочные, *молоко пастер. 3,2% жирности)	70	9,43	4,50	10,95	122,36	0,42
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,14	5,37	21,34	146,75	10,38
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,60	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (*сахар песок, *лимон, вода питьевая, *чай)	180/7/3	0,11	0,00	9,96	40,95	0,69
Итого			435	14,68	10,12	54,54	369,66	11,49
Всего				50,73	40,97	201,14	1 383,63	33,60

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.