

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**10 декабря 2024 г.**  
**Ясли 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	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *сахар песок, *крупа рисовая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3.2% жирности)	150	3,61	2,70	20,53	121,49	0,42
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,86	0,06	53,15	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай, *молоко пастер. 3.2% жирности)	150	2,29	2,46	11,90	79,54	0,42
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>7,94</b>	<b>11,27</b>	<b>44,77</b>	<b>313,68</b>	<b>0,84</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	371	* МАНДАРИН (*мандарин)	100	0,77	0,19	7,19	36,39	15,01
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,77</b>	<b>0,19</b>	<b>7,19</b>	<b>36,39</b>	<b>15,01</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста белокочанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, * сметана 15% жирности, *соль йодированная)	150/10	1,39	4,01	6,69	69,16	5,41
2012	291	* ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРОЙ (*масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные, *куриная грудка охлажденная)	150	12,21	13,81	25,13	273,70	12,26
2012	348	*СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш сорт, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль йодированная, *томатная паста)	30	0,41	1,50	2,25	24,48	0,97
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, * вишня с/м)	150	0,16	0,04	16,55	67,97	1,18
<b>Итого</b>			<b>525</b>	<b>16,49</b>	<b>19,67</b>	<b>65,46</b>	<b>506,70</b>	<b>19,82</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сухари панировочные, * сметана 15% жирности, *джем)	110/25	15,86	10,78	32,56	291,05	4,12
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,12	0,70	0,01
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>18,17</b>	<b>13,72</b>	<b>55,00</b>	<b>416,85</b>	<b>4,13</b>
<b>Всего</b>				<b>43,37</b>	<b>44,85</b>	<b>172,42</b>	<b>1 273,62</b>	<b>39,80</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**10 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	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, *соль йодированная, *крупа рисовая, вода питьевая, *молоко пастер. 3.2% жирности)	180	4,33	3,24	24,68	145,96	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,80	0,06	52,56	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	95,08	0,52
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>9,53</b>	<b>12,30</b>	<b>53,65</b>	<b>365,00</b>	<b>1,02</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	371	* МАНДАРИН (*мандарин)	100	0,77	0,19	7,18	36,37	15,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,77</b>	<b>0,19</b>	<b>7,18</b>	<b>36,37</b>	<b>15,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста белокочанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, * сметана 15% жирности, *соль йодированная)	200/10	1,82	5,44	8,77	91,98	7,06
2012	291	* ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КУРОЙ (*масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные, *куриная грудка охлажденная)	180	14,62	16,33	30,05	325,81	14,72
2012	348	*СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш сорт, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль йодированная, *томатная паста)	40	0,54	1,97	3,05	32,59	1,28
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,87	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, * вишня с/м)	200	0,20	0,05	22,07	90,68	1,58
<b>Итого</b>			<b>675</b>	<b>20,16</b>	<b>24,19</b>	<b>83,03</b>	<b>632,93</b>	<b>24,64</b>
<b>Упллподник</b>								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сухари панировочные, * сметана 15% жирности, *джем)	140/30	19,33	13,31	39,69	356,46	5,00
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>21,65</b>	<b>16,25</b>	<b>62,16</b>	<b>482,42</b>	<b>5,02</b>
<b>Всего</b>				<b>52,11</b>	<b>52,93</b>	<b>206,02</b>	<b>1 516,72</b>	<b>45,68</b>

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