

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./



МЕНЮ
13 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, вода питьевая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,15	3,50	15,79	111,93	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	2,00	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	2,30	2,47	11,95	79,83	0,42
Итого			332	8,52	12,03	40,09	303,76	0,86
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,02	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,30	47,02	5,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	150	2,42	1,39	7,17	50,94	0,22
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	9,29	15,29	5,59	197,11	0,45
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,14	7,50	31,20	212,94	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	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
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,75	4,21	3,01
Итого			525	19,41	24,52	69,23	575,29	3,68
Упллполдник								
2012	94	*СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (*молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,59	4,58	12,48	106,21	0,55
2010	110	* ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПЕЧЕНЬЮ, ЛУКОМ (*соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), *говяжья печень, *мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *дрожжи, *сахар песок, *лук репчатый)	60	9,24	6,81	20,61	187,65	4,78
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,32	33,49	0,01
Итого			360	12,89	11,39	41,41	327,35	5,34
Всего				41,22	48,24	161,03	1 253,42	14,88

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

13 сентября 2024 г.

Сад 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная, *овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,98	4,22	18,85	133,96	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	14,19	95,10	0,52
Итого			397	10,21	13,29	47,84	352,96	1,04
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груша)	100	0,40	0,30	10,30	46,99	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,30	46,99	5,00
Обед								
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	67,40	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	18,35	6,83	237,30	0,53
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,85	36,74	250,99	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,10	91,88	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
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,75	4,18	2,99
Итого			645	23,61	29,44	84,57	698,12	3,79
Уплполдник								
2012	94	*СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (*молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая , *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,30	5,45	14,83	126,47	0,66
2010	110	* ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПЕЧЕНЬЮ, ЛУКОМ (*соль йодированная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *мука пшеничная высш. сорт, *масло сладко-сливочное несоленое, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *дрожжи, *говяжья печень)	60	9,16	6,61	20,41	184,72	4,78
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,55	0,02
Итого			420	13,53	12,06	45,07	350,74	5,46
Всего				47,75	55,09	187,78	1 448,81	15,29

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.