

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./



**МЕНЮ**  
13 мая 2024 г.  
**Ясли 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	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*сахар песок, *крупа гречневая ядрица, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	4,61	3,08	17,24	115,73	0,41
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,81	0,06	52,64	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,31	2,33	11,29	75,94	0,39
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>8,96</b>	<b>11,47</b>	<b>40,87</b>	<b>303,81</b>	<b>0,80</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	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>								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (вода питьевая, *картофель, *соль йодированная, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, *лавровый лист, *лук репчатый, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	150	1,44	2,58	7,11	57,65	3,52
2012	291	*ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*говядина кат а, *масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные)	150	12,31	12,50	25,12	262,20	11,90
2012	348	*СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль йодированная, *томатная паста)	25	0,34	1,20	2,00	20,33	0,75
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	27	0,22	0,03	0,69	3,84	2,74
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		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>537</b>	<b>16,63</b>	<b>16,62</b>	<b>59,44</b>	<b>454,11</b>	<b>18,91</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,13	7,55	31,16	213,14	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр )	13	2,91	3,70	0,00	45,66	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,18	32,95	0,01
<b>Итого</b>			<b>293</b>	<b>9,70</b>	<b>11,45</b>	<b>49,16</b>	<b>339,35</b>	<b>0,05</b>
<b>Всего</b>				<b>35,92</b>	<b>39,67</b>	<b>161,85</b>	<b>1 151,02</b>	<b>22,26</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад №211»

Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

13 мая 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	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (вода питьевая, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная, *крупа гречневая ядрица)	180	5,55	3,71	20,79	139,36	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,80	0,06	52,58	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,49	90,91	0,47
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,76</b>	<b>12,60</b>	<b>49,07</b>	<b>354,25</b>	<b>0,97</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>								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (*лук репчатый, *лавровый лист, вода питьевая, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *картофель, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	200/10	1,90	3,43	9,33	76,06	4,63
2012	291	*ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*говядина кат а, *масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные)	180	14,77	14,85	30,07	313,25	14,28
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	0,40	1,52	2,23	24,43	0,89
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	32	0,26	0,03	0,80	4,50	3,22
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,84	0,00
<b>Итого</b>			<b>677</b>	<b>20,31</b>	<b>20,23</b>	<b>73,14</b>	<b>556,52</b>	<b>23,02</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,85	36,73	250,97	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр )	15	3,38	4,29	0,00	52,89	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,57	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>11,50</b>	<b>13,39</b>	<b>58,85</b>	<b>402,99</b>	<b>0,06</b>
<b>Всего</b>				<b>43,57</b>	<b>46,42</b>	<b>200,86</b>	<b>1 399,76</b>	<b>28,05</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.