



МЕНЮ
15 февраля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, *сахар песок, *крупка ячневая, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,12	3,13	16,68	112,01	0,49
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	2,01	0,25	12,33	59,79	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,30	2,33	11,29	75,92	0,39
Итого			332	8,50	11,52	40,37	300,22	0,88
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	150	4,22	3,64	5,82	77,12	0,42
Итого			150	4,22	3,64	5,82	77,12	0,42
Обед								
2012	82	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *макаронные изделия- высший сорт, *соль йодированная)	150	1,69	1,71	12,05	70,50	3,96
2012	297	* ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (*капуста белокочанная, *крупка рисовая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *говядина кат а, *морковь)	120	10,81	9,58	16,99	198,30	13,54
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,89	71,63	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			455	14,82	11,60	53,61	379,13	17,50
Уплполдник								
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сухари панировочные, *молоко пастер. 3,2% жирности)	60	8,10	3,75	9,44	104,20	0,36
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,51	4,28	17,07	117,20	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	8,24	33,93	0,57
Итого			360	12,30	8,23	44,57	302,93	9,22
Всего				39,84	34,99	144,37	1 059,40	28,02

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./



МЕНЮ

15 февраля 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, *крупа ячневая, *сахар песок, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,94	3,74	20,08	134,55	0,59
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
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			397	10,18	12,64	48,36	349,30	1,06
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Итого			180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Обед								
2012	82	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *макаронные изделия- высший сорт, *соль йодированная)	200	2,23	2,36	15,95	94,18	5,28
2012	297	* ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (*капуста белокочанная, *крупа рисовая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *говядина кат а, *морковь)	150	13,49	12,03	21,15	247,82	16,92
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			575	18,70	14,79	67,84	480,44	22,20
Упполдник								
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сухари 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	3,15	5,37	21,35	146,78	10,38
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,60	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
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			615	14,76	10,12	64,38	409,25	11,51
Всего				48,70	41,92	187,56	1 331,53	35,27

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.