

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Поникова Е.М./



МЕНЮ

15 апреля 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	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*сахар песок, вода питьевая, *крупа гречневая ядрица, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,63	3,09	17,29	116,04	0,41
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,33	59,79	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,83	0,06	52,88	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
			332	8,98	11,50	40,97	304,63	0,80
Итого								
II Завтрак								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
			160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
Итого								
Обед								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (*лавровый лист, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *картофель, *лук репчатый, *соль йодированная, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	150	1,42	2,69	7,02	58,16	3,45
2012	291	*ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*говядина кат а, *масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные)	150	12,29	12,25	25,02	259,66	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	0,36	1,39	1,98	22,11	0,80
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00
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		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,89	71,63	0,00
			540	16,63	16,67	59,34	454,46	19,45
Итого								
Уплполдник								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,12	7,56	31,14	213,14	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	13	2,93	3,72	0,00	45,94	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,00
			268	10,28	11,61	53,34	360,43	2,00
Итого								
Всего				40,39	44,75	160,94	1 212,64	23,25

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад №211"

Шубникова Е.М./

МЕНЮ

15 апреля 2024 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, *сахар песок, *крупя гречневая ядрица, *соль йодированная)	180	5,55	3,71	20,82	139,48	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,81	0,06	52,64	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	2,76	2,79	13,43	90,67	0,47
Итого			397	10,75	12,61	49,04	354,19	0,97
II Завтрак								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
Итого			180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
Обед								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (вода питьевая, *морковь, *соль йодированная, *лавровый лист, *лук репчатый, *картофель, *масло подсолнечное рафинированное, * сметана 15% жирности, *горошек зелёный консервы)	200/10	1,86	3,63	9,23	77,18	4,53
2012	291	*ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*говядина кат а, *масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные)	180	14,77	14,80	30,08	312,89	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	0,41	1,44	2,30	24,13	0,97
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	35	0,28	0,03	0,87	4,88	3,49
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	91,86	0,00
Итого			680	20,30	20,30	73,19	557,38	23,27
Упллполдник								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,80	36,75	250,51	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	15	3,38	4,30	0,00	53,00	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,59	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			370	12,43	13,55	68,84	449,10	4,04
Всего				48,54	52,05	199,28	1 465,43	29,22

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.