

Утверждаю

Заместитель директора-руководитель Центра развития ребенка-детский сад 211
МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС №2, Вектор,, Шубникова Е.М./



МЕНЮ
16 января 2025 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	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *крупа манная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,88	2,77	17,10	108,91	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
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,30	2,34	11,12	75,32	0,39
Итого			332	8,25	11,17	40,57	296,23	0,83
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	113	0,45	0,45	11,03	52,90	11,26
Итого			113	0,45	0,45	11,03	52,90	11,26
Обед								
2012	286	* ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, * свинина б/к, *батон пшеничный йодированный)	60	9,20	23,32	7,58	96,19	0,48
2008	92	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, вода питьевая, *рыба минтай филе, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное)	150	3,00	2,25	14,26	87,79	9,00
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	30	0,42	1,13	1,81	19,12	0,01
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,51	4,35	17,08	117,86	8,31
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,22	0,29	14,18	68,25	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	150	0,06	0,06	19,04	77,36	0,65
Итого			543	17,41	31,40	73,95	466,57	18,45
Уплподник								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,70	5,14	14,89	125,68	0,63
2010	108	* ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (*мука пшеничная высш.сорт, *масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *соль йодированная, *дрожжи, *молоко пастер. 3,2% жирности, *творог 9,0% жирности, *ванилин, *масло сладко-сливочное несоленое)	60	3,20	1,20	37,10	171,12	9,60
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,74	0,01
Итого			360	7,96	6,34	52,12	297,54	10,24
Всего				34,07	49,36	177,67	1 113,24	40,78

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заместитель директора-руководитель центра развития ребенка-детский сад 211
 МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС №2, Вектор,,
 Шубникова Е.М./



МЕНЮ
16 января 2025 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*крупа манная, вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,64	3,31	20,45	130,37	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
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,80	13,53	91,15	0,47
Итого			397	9,88	12,22	48,78	345,42	0,99
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	112	0,45	0,45	11,02	52,86	11,25
Итого			112	0,45	0,45	11,02	52,86	11,25
Обед								
2008	92	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, вода питьевая, *рыба минтай филе, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное)	200	4,00	3,00	19,00	117,00	12,00
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	40	0,56	1,50	2,40	25,34	0,01
2012	286	* ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, *свинина б/к, *батон пшеничный йодированный)	70	10,71	27,29	8,77	112,71	0,56
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,16	5,46	21,35	147,64	10,38
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	43	2,84	0,38	18,21	87,60	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	180	0,08	0,08	22,80	92,64	0,78
Итого			683	21,35	37,71	92,53	582,93	23,73
Упполдник								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,64	6,16	17,93	150,77	0,75
2010	108	* ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ (*мука пшеничная высш сорт, *масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *соль йодированная, *дрожжи, *молоко пастер. 3,2% жирности, *творог 9,0% жирности, *ванилин, *масло сладко-сливочное несоленое)	60	3,20	1,20	37,10	171,12	9,60
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
Итого			420	8,91	7,36	55,18	322,75	10,37
Всего				40,59	57,74	207,51	1 303,96	46,34

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.