

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

16 августа 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	3,51	15,75	111,83	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	11,75	79,00	0,42
Итого			332	8,52	12,04	39,85	302,83	0,86
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,73	61,06	12,99
Итого			130	0,52	0,52	12,73	61,06	12,99
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	150	2,41	1,38	7,21	50,99	0,20
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	9,25	15,14	5,64	195,92	0,45
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,11	7,52	31,08	212,47	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
Итого			495	19,09	24,35	68,45	569,47	0,65
Уплполдник								
2012	94	*СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (*молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,58	4,56	12,54	106,34	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	9,08	6,53	20,26	183,10	4,78
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,12	32,69	0,01
Итого			360	12,72	11,09	40,92	322,13	5,34
Всего				40,85	48,00	161,95	1 255,49	19,84

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

16 августа 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	4,97	4,21	18,90	134,13	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	95,11	0,52
Итого			397	10,20	13,28	47,89	353,14	1,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,09	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,09	13,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	200	3,17	1,81	9,54	67,35	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	11,18	18,37	6,79	237,34	0,53
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,86	36,74	251,02	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	11,64	46,52	0,00
Итого			615	23,38	29,44	83,81	694,11	0,80
Упполдник								
2012	94	*СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (*молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,29	5,48	14,88	126,88	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	9,17	6,63	20,30	184,48	4,78
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
Итого			420	13,53	12,11	45,01	350,92	5,46
Всего				47,63	55,35	189,45	1 459,26	20,30

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.