

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

16 сентября 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	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*сахар песок, вода питьевая, *крупа гречневая ядрица, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,61	3,09	17,47	116,68	0,41
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,02	0,25	12,37	59,98	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,94	0,06	53,86	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,31	2,34	11,43	76,61	0,39
Итого			332	8,98	11,62	41,33	307,13	0,80
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								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (*масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *морковь, *картофель, *соль йодированная, *лавровый лист, *лук репчатый, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	150/15/10	1,46	2,88	7,21	60,89	3,55
2012	291	* ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные, *говядина кат а)	150	12,28	12,17	25,01	258,83	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)	30	0,44	1,62	2,64	27,30	1,01
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,75	4,17	2,98
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	2,33	0,31	14,92	71,79	0,00
Итого			570	16,75	17,01	60,21	461,68	19,44
Упллодник								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,12	7,77	31,12	215,00	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	13	2,97	3,77	0,00	46,57	0,04
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	2,50
Итого			268	10,32	11,87	53,32	362,92	2,54
Всего				36,57	41,02	167,59	1 192,79	35,77

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

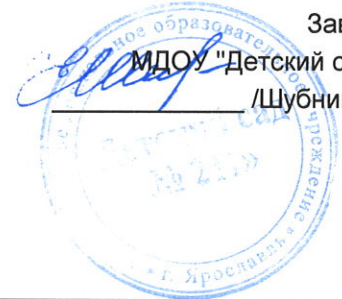
Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

16 сентября 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	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, *сахар песок, *крупа гречневая ядрица, *соль йодированная)	180	5,55	3,71	20,78	139,36	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,81	0,06	52,66	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	90,84	0,47
Итого			397	10,76	12,61	49,05	354,26	0,97
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,12	13,01
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,12	13,01
Обед								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (*лук репчатый, *морковь, *картофель, *соль йодированная, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное, *лавровый лист, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	200/15/10	1,86	3,67	9,22	77,55	4,53
2012	291	* ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные, *говядина кат а)	180	14,74	14,80	30,04	312,59	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)	40	0,55	1,98	3,12	33,09	1,29
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	35	0,28	0,03	0,87	4,89	3,50
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,66	46,60	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
Итого			705	20,41	20,88	73,99	566,50	23,60
Уплполдник								
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	12,28	59,50	0,00
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,86	36,78	251,18	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			370	12,43	13,61	68,86	449,68	4,04
Всего				44,12	47,62	204,64	1 431,56	41,62

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.