

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

16 октября 2024 г.

Ясли 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	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, вода питьевая, *крупа рисовая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,61	2,71	20,67	122,08	0,42
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,73	0,06	51,91	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,84	2,85	12,34	87,11	0,48
Итого			332	8,48	11,54	45,35	320,60	0,90
II Завтрак								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
Итого			160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
Обед								
2012	76	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *крупа перловая, *морковь, *лук репчатый, *огурцы соленые, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	150	1,51	4,29	10,14	85,60	4,03
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, *крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная)	110	6,21	4,73	28,06	179,42	0,00
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*соль йодированная, *мука пшеничная высш. сорт, *говяжья печень, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, *лук репчатый)	50/50	16,25	12,32	4,16	211,70	12,08
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			545	26,29	21,65	66,88	586,81	16,11
Уплполдник								
2010	69	* РАГУ С ПТИЦЕЙ (*куриная грудка охлажденная, *масло сладко-сливочное несоленое, *масло подсолнечное рафинированное, *картофель, *лук репчатый, *морковь, *капуста белокочанная, *томатная паста, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *соль йодированная, *лавровый лист)	175	10,81	23,96	23,53	354,01	18,69
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	8,29	34,12	0,56
Итого			355	12,50	24,16	41,64	435,73	19,25
Всего				51,77	62,32	161,16	1 436,26	37,09

Ст медсестра



Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад №211"
/Шубникова Е.М./

МЕНЮ

16 октября 2024 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*крупа рисовая, *соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,33	3,24	24,70	146,08	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,77	0,06	52,29	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,42	3,42	14,75	104,40	0,58
Итого			397	10,18	12,73	54,24	374,17	1,08
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								
2012	76	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *крупа перловая, *морковь, *лук репчатый, *огурцы соленые, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	200/10	2,02	5,62	13,48	113,15	5,37
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, вода питьевая)	130	7,33	5,55	33,17	211,69	0,00
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*масло подсолнечное рафинированное, *соль йодированная, *мука пшеничная высш. сорт, *говяжья печень, вода питьевая, * сметана 15% жирности, *лук репчатый)	60/60	17,63	13,35	4,60	229,70	13,11
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	46,56	0,00
Итого			685	29,96	24,92	81,99	692,96	18,48
Уплподник								
2010	69	* РАГУ С ПТИЦЕЙ (*куриная грудка охлажденная, *масло сладко-сливочное несоленое, *масло подсолнечное рафинированное, *картофель, *лук репчатый, *морковь, *капуста белокочанная, *томатная паста, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *соль йодированная, *лавровый лист)	200	12,33	* 27,56	26,74	405,85	21,33
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,60	0,00
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			415	14,44	27,81	48,99	506,40	22,02
Всего				59,64	71,05	193,43	1 678,29	42,52

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.