

Утверждаю



МЕНЮ

17 апреля 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	2,70	20,65	121,98	0,42
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,79	0,06	52,51	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,33	59,75	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,84	2,85	12,37	87,18	0,48
Итого			332	8,50	11,59	45,41	321,42	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	4,21	10,10	84,68	4,03
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, *крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная)	110	6,20	4,69	28,03	178,84	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	16,28	12,35	4,23	212,39	12,12
2012	54	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (*свекла, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *сахар песок, *томатная паста)	20	0,54	1,06	2,84	23,31	1,77
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,88	71,60	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	150	0,07	0,07	19,29	78,52	0,75
Итого			565	26,92	22,69	79,37	649,34	18,67
Упполдник								
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	10,80	24,20	23,53	356,50	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	8,48	34,81	0,57
Итого			355	12,49	24,40	41,83	438,91	19,26
Всего				52,41	63,65	173,90	1 502,79	39,66

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад №211»

Шубникова Е.М./



МЕНЮ

17 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	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*крупа рисовая , *соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,33	3,24	24,73	146,16	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	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,41	3,42	14,78	104,45	0,57
Итого			397	10,18	12,77	54,30	374,65	1,07
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	5,64	13,49	113,33	5,37
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, вода питьевая)	130	7,32	5,53	33,15	211,36	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	17,64	13,32	4,57	229,44	13,11
2012	54	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (*свекла, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *сахар песок, *томатная паста)	35	0,94	1,77	5,06	40,45	3,08
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,86	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	180	0,09	0,09	23,08	93,97	0,90
Итого			720	30,99	26,75	98,44	780,41	22,46
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)	200	12,33	27,52	26,78	405,49	21,33
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,59	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (*сахар песок, *лимон, вода питьевая, *чай)	180/7/3	0,11	0,00	9,96	40,94	0,69
Итого			415	14,44	27,77	49,03	506,02	22,02
Всего				60,67	72,88	209,98	1 765,84	46,49

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.