

Утверждаю

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



МЕНЮ
17 февраля 2025 г.
Ясли 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	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *кукуруза крупа, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,21	3,33	18,54	121,46	0,98
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,31	2,33	11,24	75,71	0,39
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш. сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			330	8,77	8,60	52,10	322,27	1,37
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,75	61,14	13,01
Итого			130	0,52	0,52	12,75	61,14	13,01
Обед								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * фасоль)	150	3,21	3,28	11,20	88,25	3,75
2012	277	* ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (*говядина кат а, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая)	60	9,14	9,18	2,19	127,87	0,40
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *крупа гречневая ядрица)	110	6,22	4,82	28,11	180,50	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,08	91,78	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			515	21,55	17,68	70,26	527,10	4,15
Упполдник								
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сахари панировочные, *молоко пастер. 3,2% жирности)	60	8,09	3,83	9,41	104,66	0,36
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (*сахар песок, *лимон, вода питьевая, *чай)	150/7/3	0,09	0,00	8,37	34,40	0,58
2012	315-211	* РИС ОТВАРНОЙ (*крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,71	4,39	28,33	163,54	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			350	12,49	8,42	55,93	350,20	0,94
Всего				43,33	35,22	191,04	1 260,71	19,47

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
17 февраля 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	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, вода питьевая, *сахар песок, *кукуруза крупа, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,05	3,98	22,22	145,63	1,17
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
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш. сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			390	10,07	9,71	58,02	361,57	1,64
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								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * фасоль)	200	4,28	4,36	14,92	117,46	5,00
2012	277	* ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (*говядина кат а, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая)	70	10,62	10,70	2,45	148,57	0,47
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*соль йодированная, *масло сладко-сливочное несоленое, *крупа гречневая ядрица, вода питьевая)	130	7,33	5,59	33,17	211,98	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
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
Итого			625	25,21	21,05	81,28	616,39	5,47
Уплподник								
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сахари панировочные, *молоко пастер. 3,2% жирности)	70	9,45	4,44	11,02	122,16	0,42
2012	315-211	* РИС ОТВАРНОЙ (*крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,18	5,11	33,33	191,98	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (*сахар песок, *лимон, вода питьевая, *чай)	180/7/3	0,11	0,00	9,96	40,96	0,70
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
Итого			415	14,74	9,80	66,59	414,60	1,12
Всего				50,54	41,08	218,63	1 453,68	21,24

Ст медсестра _____

Перевозчикова Н.А.