

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

17 мая 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (*пшено, вода питьевая, *сахар песок, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,43	3,01	19,86	124,89	0,42
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	24	1,95	0,24	11,95	57,92	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,28	2,45	11,77	78,86	0,42
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	13	2,93	3,72	0,00	45,90	0,04
<b>Итого</b>			<b>344</b>	<b>11,66</b>	<b>15,23</b>	<b>43,65</b>	<b>360,07</b>	<b>0,88</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	89	0,36	0,36	8,72	41,84	8,90
<b>Итого</b>			<b>89</b>	<b>0,36</b>	<b>0,36</b>	<b>8,72</b>	<b>41,84</b>	<b>8,90</b>
<b>Обед</b>								
2012	67	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (*капуста белокочанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	150	1,28	4,10	5,68	65,33	7,49
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, *сухари панировочные, *масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, *молоко пастер. 3,2% жирности)	60	11,77	12,07	9,38	193,11	0,48
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,51	4,27	17,06	117,16	8,29
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	31	2,07	0,28	13,28	63,87	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
<b>Итого</b>			<b>511</b>	<b>17,63</b>	<b>20,72</b>	<b>55,08</b>	<b>478,17</b>	<b>16,26</b>
<b>Упполдник</b>								
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (*капуста белокочанная, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *лук репчатый, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *томатная паста, * свинина б/к)	200	13,15	28,64	19,56	196,90	42,35
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	19	1,55	0,19	9,54	46,25	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,72	0,01
2012	474	* БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (*мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *дрожжи, *соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко пастер. 3,2% жирности)	50	3,49	4,02	29,63	168,22	0,02
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>18,25</b>	<b>32,85</b>	<b>58,86</b>	<b>412,09</b>	<b>42,38</b>
<b>Всего</b>				<b>47,90</b>	<b>69,16</b>	<b>166,31</b>	<b>1 292,17</b>	<b>68,42</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю



Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

17 мая 2024 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	32	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, *пшено, *сахар песок, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,34	3,62	23,86	150,09	0,50
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	15	3,37	4,29	0,00	52,86	0,04
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	29	2,31	0,29	14,19	68,80	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,74	2,95	14,16	94,85	0,51
<b>Итого</b>			<b>411</b>	<b>13,83</b>	<b>16,96</b>	<b>52,28</b>	<b>419,10</b>	<b>1,05</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	89	0,36	0,36	8,72	41,82	8,90
<b>Итого</b>			<b>89</b>	<b>0,36</b>	<b>0,36</b>	<b>8,72</b>	<b>41,82</b>	<b>8,90</b>
<b>Обед</b>								
2012	67	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (*капуста белокочанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	200/10	1,72	5,43	7,55	86,61	9,95
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, *сухари панировочные, *масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, *молоко пастер. 3,2% жирности)	70	13,70	14,00	10,97	224,79	0,56
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,15	5,37	21,34	146,84	10,38
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	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
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>21,22</b>	<b>25,15</b>	<b>68,47</b>	<b>586,38</b>	<b>20,89</b>
<b>Упполдник</b>								
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (*капуста белокочанная, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *лук репчатый, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *томатная паста, * свинина б/к)	220	14,45	31,55	21,45	216,75	46,54
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	24	1,93	0,24	11,85	57,46	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
2012	474	* БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (*мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *дрожжи, *соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко пастер. 3,2% жирности)	50	3,55	4,05	29,73	169,30	0,02
<b>Итого</b>			<b>474</b>	<b>20,00</b>	<b>35,84</b>	<b>63,18</b>	<b>444,37</b>	<b>46,58</b>
<b>Всего</b>				<b>55,41</b>	<b>78,31</b>	<b>192,65</b>	<b>1 491,67</b>	<b>77,42</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.