



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

МЕНЮ
20 февраля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная, *крупа пшеничная полтавская, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,96	2,70	16,42	106,40	0,42
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,83	0,06	52,88	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,33	59,79	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,30	2,46	11,77	79,07	0,42
Итого			332	8,31	11,24	40,58	298,14	0,84
II Завтрак								
2012	371	* МАНДАРИН (*мандарин)	100	0,77	0,19	7,18	36,39	15,01
Итого			100	0,77	0,19	7,18	36,39	15,01
Обед								
2012	67	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (*капуста белокочанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, *соль йодированная)	150	1,12	2,95	5,48	53,55	7,50
2012	291	*ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*говядина кат а, *масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные)	150	12,30	12,26	25,04	259,73	11,90
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	25	0,35	0,91	1,52	15,78	0,01
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (*огурцы соленые)	25	0,20	0,03	0,43	3,27	1,26
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,89	71,63	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			535	16,29	16,46	57,04	442,66	20,67
Упллполдник								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сухари панировочные, *повидло, * сметана 15% жирности)	110/25	15,94	10,85	30,90	287,84	0,21
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,88	2,46	18,69	104,75	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (вода питьевая, *сахар песок, *крахмал картофельный, клюква, * вишня с/м)	150	0,13	0,04	21,30	86,88	1,01
Итого			310	17,95	13,35	70,89	479,47	1,22
Всего				43,32	41,24	175,69	1 256,66	37,74

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./



МЕНЮ

20 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *крупа пшеничная полтавская, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,75	3,24	19,83	128,22	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,80	0,06	52,58	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,76	2,96	14,18	95,08	0,52
Итого			397	9,95	12,30	48,80	347,28	1,02
II Завтрак								
2012	371	* МАНДАРИН (*мандарин)	100	0,77	0,19	7,18	36,37	15,00
Итого			100	0,77	0,19	7,18	36,37	15,00
Обед								
2012	67	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (*капуста белокочанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, *соль йодированная)	200	1,51	4,03	7,30	72,09	10,00
2012	291	*ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*говядина кат а, *масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные)	180	14,75	14,82	30,05	312,77	14,28
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	30	0,42	1,13	1,80	19,11	0,01
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (*огурцы соленые)	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
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
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
Итого			665	19,90	20,41	70,39	546,21	25,79
Упллполдник								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сухари панировочные, *повидло, * сметана 15% жирности)	140/30	19,28	13,28	37,65	350,99	0,26
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (вода питьевая, *сахар песок, *крахмал картофельный, клюква, * вишня с/м)	180	0,15	0,04	25,33	103,39	1,22
Итого			375	21,31	15,77	81,58	558,63	1,48
Всего				51,93	48,67	207,95	1 488,49	43,29

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.