

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад №211»

Шубникова Е.М./



МЕНЮ

21 марта 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	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, *соль йодированная, вода питьевая, *крупа манная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,87	2,76	16,94	108,21	0,44
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,31	2,33	11,33	76,08	0,39
Итого			372	13,21	15,64	40,89	357,58	0,83
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	150	4,22	3,64	5,82	77,12	0,42
Итого			150	4,22	3,64	5,82	77,12	0,42
Обед								
2008	92	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *рыба минтай филе, *соль йодированная)	150	3,00	2,25	14,26	87,79	9,00
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (*говядина кат а, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)	60	10,04	9,88	11,37	174,43	0,28
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,12	7,55	31,10	212,91	0,00
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			505	20,48	19,99	81,25	585,22	9,28
Упллполдник								
2012	234	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (*мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *виноград сушеный (изюм), *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности)	120/25	17,98	16,18	41,28	385,85	0,27
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,12	0,70	0,01
Итого			315	19,64	16,38	51,22	434,15	0,28
Всего				57,55	55,65	179,18	1 454,07	10,81

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.



МЕНЮ
21 марта 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	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*крупа манная, *сахар песок, *соль йодированная, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,63	3,29	20,44	130,17	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,44	90,72	0,47
Итого			397	9,87	12,19	48,68	344,79	0,99
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Итого			180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
Обед								
2008	92	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *рыба минтай филе, *соль йодированная)	200	4,00	3,00	19,00	117,00	12,00
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (*говядина кат а, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)	70	11,72	11,62	13,28	204,61	0,31
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,86	36,75	251,04	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	11,60	46,37	0,00
Итого			625	24,75	23,88	99,71	710,80	12,31
Упполдник								
2012	234	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (*мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *виноград сушеный (изюм), *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности)	170/30	23,96	21,70	55,08	515,69	0,36
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
Итого			405	26,03	21,95	67,51	576,05	0,38
Всего				65,71	62,39	222,88	1 724,18	14,18

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.