

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад №211"
/Шубникова Е.М./

МЕНЮ
21 ноября 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 38 | *КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (вода питьевая, *пшено, *сахар песок, *молоко пастер. 3.2% жирности, *соль йодированная, *крупа рисовая) | 150 | 4,68 | 2,95 | 25,42 | 147,34 | 0,40 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое) | 7 | 0,07 | 5,81 | 0,07 | 52,50 | 0,00 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 25 | 2,01 | 0,25 | 12,34 | 59,83 | 0,00 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок) | 150 | 0,06 | 0,00 | 8,15 | 32,82 | 0,01 |
| Итого | | | 332 | 6,82 | 9,01 | 45,98 | 292,49 | 0,41 |
| 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 81 | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ и МЯСОМ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *горох лущеный, *соль йодированная, * свинина б/к) | 150 | 4,98 | 7,31 | 11,28 | 95,51 | 2,79 |
| 2010 | 57 | *ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (*морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, *соль йодированная, *лавровый лист, *картофель, * свинина б/к) | 200 | 12,35 | 33,99 | 22,24 | 231,06 | 11,18 |
| 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) | 150 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 | 0,00 |
| 2008 | | *ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной) | 35 | 2,33 | 0,31 | 14,90 | 71,67 | 0,00 |
| Итого | | | 565 | 19,90 | 41,64 | 58,61 | 440,84 | 15,47 |
| Упполдник | | | | | | | | |
| 2012 | 234 | * ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С джемом (*мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт), *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности, *джем) | 170/30 | 21,74 | 19,09 | 51,85 | 466,44 | 5,04 |
| 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 | 0,13 | 0,75 | 0,01 |
| Итого | | | 370 | 23,40 | 19,29 | 61,80 | 514,79 | 5,05 |
| Всего | | | | 54,34 | 73,58 | 172,21 | 1 325,24 | 21,35 |

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад №211"
/Шубникова Е.М./

МЕНЮ
21 ноября 2024 г.
Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 38 | *КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая, *сахар песок, *пшено, *соль йодированная) | 180 | 5,62 | 3,53 | 30,44 | 176,62 | 0,49 |
| 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 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок) | 180 | 0,08 | 0,00 | 9,84 | 39,66 | 0,02 |
| Итого | | | 397 | 8,17 | 9,64 | 55,08 | 340,18 | 0,51 |
| 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 81 | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ и МЯСОМ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *горох лущеный, *соль йодированная, *свинина б/к) | 200 | 6,64 | 9,54 | 15,05 | 125,84 | 3,72 |
| 2010 | 57 | *ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (*морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, *соль йодированная, *лавровый лист, *картофель, *свинина б/к) | 220 | 13,60 | 37,35 | 24,51 | 254,18 | 12,32 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (*огурцы соленые) | 35 | 0,28 | 0,04 | 0,60 | 4,55 | 1,75 |
| 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 | 11,58 | 46,32 | 0,00 |
| Итого | | | 680 | 23,50 | 47,33 | 70,82 | 522,67 | 17,79 |
| Упполдник | | | | | | | | |
| 2012 | 234 | * ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С джемом (*мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности, *джем) | 170/30 | 21,75 | 19,19 | 51,86 | 467,47 | 5,04 |
| 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 | 23,82 | 19,44 | 64,29 | 527,83 | 5,06 |
| Всего | | | | 60,55 | 80,78 | 197,17 | 1 483,22 | 23,86 |

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.