

Утверждаю

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



МЕНЮ
21 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, вода питьевая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,16	3,51	15,72	111,72	0,44
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,30	2,46	11,74	78,92	0,42
Итого			325	8,46	6,22	39,74	250,14	0,86
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,12	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,12	13,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	150	2,38	1,36	7,16	50,52	0,20
2012	310	*СУФЛЕ КУРИНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *яйца куриные (шт.), *куриная грудка охлажденная, *масло подсолнечное рафинированное)	55	10,24	16,81	6,23	217,35	0,50
2008	181	* КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа перловая, вода питьевая, *соль йодированная, *масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,30	3,81	23,34	140,37	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	150	0,07	0,07	19,20	78,18	0,75
Итого			500	18,31	22,36	70,77	557,81	1,45
Уплподник								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,69	5,10	14,90	125,29	0,62
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	3,65	4,27	29,60	171,12	0,02
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,72	0,01
Итого			350	8,40	9,37	44,63	297,13	0,65
Всего				35,69	38,47	167,88	1 166,20	15,96

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

21 февраля 2025 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная, *овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,97	4,21	18,86	133,98	0,52
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	95,06	0,52
Итого			390	10,13	7,47	47,77	300,44	1,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	200	3,17	1,81	9,54	67,33	0,27
2012	310	*СУФЛЕ КУРИНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *яйца куриные (шт.), *куриная грудка охлажденная, *масло подсолнечное рафинированное)	65	12,12	19,93	7,37	257,41	0,58
2008	181	* КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа перловая, вода питьевая, *соль йодированная, *масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,90	4,50	27,60	166,00	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	180	0,09	0,09	23,02	93,74	0,90
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
Итого			620	22,26	26,73	86,61	676,26	1,75
Уплподник								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,63	6,10	17,87	150,03	0,75
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	3,71	4,22	29,70	171,52	0,02
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
Итого			410	9,41	10,32	47,72	322,41	0,79
Всего				42,32	45,04	194,84	1 360,21	16,58

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.