

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

24 октября 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (вода питьевая, *пшено, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная, *крупа рисовая )	150	4,66	2,93	25,14	146,18	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	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,27	33,29	0,01
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>6,79</b>	<b>8,99</b>	<b>45,76</b>	<b>291,47</b>	<b>0,41</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	150	4,22	3,64	5,82	77,12	0,42
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,22</b>	<b>3,64</b>	<b>5,82</b>	<b>77,12</b>	<b>0,42</b>
<b>Обед</b>								
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	5,02	7,13	11,32	93,75	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	22,26	231,18	11,20
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,75	4,19	2,99
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	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>565</b>	<b>19,93</b>	<b>41,46</b>	<b>58,85</b>	<b>439,21</b>	<b>16,98</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	234	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С джемом (*мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *виноград сушеный (изюм), *масло сладко-сливочное несоленое, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности, *джем)	150/27	19,90	17,39	54,27	453,96	4,56
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
<b>Итого</b>			<b>347</b>	<b>21,56</b>	<b>17,59</b>	<b>64,21</b>	<b>502,26</b>	<b>4,57</b>
<b>Всего</b>				<b>52,50</b>	<b>71,68</b>	<b>174,64</b>	<b>1 310,06</b>	<b>22,38</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

24 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая, *сахар песок, *пшено, *соль йодированная)	180	5,62	3,52	30,38	176,38	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
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>8,17</b>	<b>9,63</b>	<b>55,02</b>	<b>339,94</b>	<b>0,51</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	180	5,06	4,37	6,98	92,54	0,50
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,06</b>	<b>4,37</b>	<b>6,98</b>	<b>92,54</b>	<b>0,50</b>
<b>Обед</b>								
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	6,65	9,52	15,07	125,66	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	37,37	24,50	254,13	12,32
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	35	0,28	0,03	0,87	4,88	3,49
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	19,09	91,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>23,51</b>	<b>47,32</b>	<b>71,18</b>	<b>523,09</b>	<b>19,53</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	234	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С джемом (*мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *виноград сушеный (изюм), *масло сладко-сливочное несоленое, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности, *джем)	170/30	22,06	19,23	60,17	502,93	5,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,60	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>24,13</b>	<b>19,48</b>	<b>72,61</b>	<b>563,39</b>	<b>5,06</b>
<b>Всего</b>				<b>60,87</b>	<b>80,80</b>	<b>205,79</b>	<b>1 518,96</b>	<b>25,60</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.