

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

 /Шубникова Е.М./

МЕНЮ

25 января 2024 г.

Ясли 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 (*сахар песок, вода питьевая, *соль йодированная, *крупа манная, *молоко ультрапастеризованное. 3,2% жирности)	150	3,86	2,19	17,14	103,63	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, вода питьевая, * молоко ультрапастеризованное. 3,2% жирности)	150	2,36	1,82	12,85	77,74	0,39
Итого			372	13,25	14,56	42,61	354,66	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								
2012	87	* СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (*рыбн.консервы в масле. сардины атлантич., *картофель, *морковь, *лук репчатый, *крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное)	150	5,36	3,34	9,89	91,31	3,75
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (*говядина кат а, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное)	60	10,02	9,99	11,29	175,03	0,24
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,14	7,61	31,22	214,09	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	22,84	21,25	76,92	590,52	3,99
Уплполдник								
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), *ванилин, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности)	120/25	17,92	16,17	41,21	385,33	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	0,13	0,74	0,01
Итого			315	19,58	16,37	51,16	433,67	0,28
Всего				59,89	55,82	176,51	1 455,97	5,52

Ст медсестра



Перевозчикова Н.А.



МЕНЮ
25 января 2024 г.
Сад 12 часов

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

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, *крупа манная, вода питьевая, *соль йодированная, *молоко ультрапастеризованное. 3,2% жирности)	180	4,62	2,61	20,47	124,03	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2012	395	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, вода питьевая, * молоко ультрапастеризованное. 3,2% жирности)	180	2,83	2,18	15,41	93,21	0,47
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			397	9,92	10,90	50,68	341,14	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								
2012	87	* СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (*рыбн. консервы в масле. сардины атлантич., *картофель, *морковь, *лук репчатый, *крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное)	200	7,18	4,62	13,13	123,23	5,00
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (*говядина кат а, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное)	70	11,68	11,60	13,08	203,54	0,28
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,80	36,73	250,37	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	11,65	46,56	0,00
Итого			625	27,89	25,42	93,67	715,48	5,28
Упллпдник								
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), *ванилин, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, * сметана 15% жирности, *творог 9,0% жирности)	170/30	23,97	21,67	55,03	515,30	0,36
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
Итого			410	26,44	21,97	69,91	587,56	0,38
Всего				69,31	62,66	221,24	1 736,72	7,15

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.