

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211

/Шубникова Е. М.

МЕНЮ

25 ноября 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*сахар песок, вода питьевая, *крупа гречневая ядрица, *соль йодированная, *молоко пастер. 3.2% жирности)	150	4,63	3,08	17,44	116,54	0,4
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,34	59,80	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,71	0,06	51,76	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая)	150	2,31	2,33	11,19	75,60	0,35
Итого			332	8,98	11,37	41,03	303,70	0,8
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груша)	100	0,40	0,30	10,29	46,96	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,29	46,96	5,00
Обед								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ, СОСМЕТАНОЙ (*масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *морковь, *картофель, *соль йодированная, *лавровый лист, *лук репчатый, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	150/15/10	1,44	2,78	7,16	59,69	3,50
2012	291	* ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные, *говядина кат а)	150	12,32	12,45	25,08	261,68	11,90
2012	348	*СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль йодированная, *томатная паста)	30	0,44	1,66	2,43	26,80	0,90
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	14,89	71,65	0,00
Итого			540	16,53	17,20	59,24	458,52	16,4
Упполдник								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,14	7,50	31,20	212,94	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	13	2,91	3,70	0,00	45,66	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Итого			268	10,28	11,53	53,40	359,95	2,50
Всего				36,19	40,40	163,96	1 169,13	24,7

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 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	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, *сахар песок, *крупа гречневая ядрица, *соль йодированная)	180	5,55	3,71	20,77	139,27	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,81	0,06	52,66	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	13,54	91,07	0,47
Итого			397	10,76	12,61	49,10	354,40	0,97
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Обед								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (*лук репчатый, *морковь, *картофель, *соль йодированная, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное, *лавровый лист, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	200/15/10	1,86	3,63	9,23	77,19	4,53
2012	291	* ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные, *говядина кат а)	180	14,75	14,78	30,09	312,65	14,28
2012	348	*СОУС ТОМАТНЫЙ №348 (вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш сорт, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль йодированная, *томатная паста)	40	0,55	1,97	3,12	33,04	1,28
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,86	0,00
Итого			670	20,14	20,78	73,15	561,18	20,09
Уплполдник								
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	15	3,38	4,29	0,00	52,89	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,60	0,00
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,04	8,79	36,72	250,26	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			370	12,42	13,53	68,81	448,75	4,04
Всего				43,84	47,44	203,80	1 425,44	38,10

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.