

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 ноября 2024 г.
Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № 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.