

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

**МЕНЮ**

26 ноября 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	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *сахар песок, *крупа рисовая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3.2% жирности)	150	3,61	2,71	20,77	122,49	0,42
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,87	0,06	53,18	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,33	59,76	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай, *молоко пастер. 3.2% жирности)	150	2,30	2,47	11,71	78,87	0,42
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>7,96</b>	<b>11,30</b>	<b>44,87</b>	<b>314,30</b>	<b>0,84</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	371	* МАНДАРИН (*мандарин)	100	0,77	0,19	7,18	36,37	15,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,77</b>	<b>0,19</b>	<b>7,18</b>	<b>36,37</b>	<b>15,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста белокочанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, * сметана 15% жирности, *соль йодированная)	150/10	1,38	4,22	6,66	70,77	5,37
2012	286	* ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, * свинина б/к, *батон пшеничный йодированный)	60	9,16	23,42	7,52	96,98	0,48
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	30	0,41	1,13	1,75	18,92	0,01
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3.2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,51	4,34	17,09	117,79	8,30
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,88	71,61	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, *смородина черная)	150	0,21	0,09	16,22	68,04	17,93
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>15,99</b>	<b>33,51</b>	<b>64,12</b>	<b>444,11</b>	<b>32,09</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сахари панировочные, * сметана 15% жирности, *джем)	110/25	15,94	10,94	32,66	293,28	4,11
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,75	0,01
<b>Итого</b>			<b>315</b>	<b>18,25</b>	<b>13,88</b>	<b>55,11</b>	<b>419,13</b>	<b>4,12</b>
<b>Всего</b>				<b>42,97</b>	<b>58,88</b>	<b>171,28</b>	<b>1 213,91</b>	<b>52,05</b>

Ст медсестра \_\_\_\_\_ Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**26 ноября 2024 г.**  
**Сад 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	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, *соль йодированная, *крупа рисовая, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,33	3,24	24,72	146,13	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,78	0,06	52,43	0,00
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	95,07	0,52
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>9,53</b>	<b>12,28</b>	<b>53,69</b>	<b>365,03</b>	<b>1,02</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	371	* МАНДАРИН (*мандарин)	100	0,77	0,19	7,18	36,37	15,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,77</b>	<b>0,19</b>	<b>7,18</b>	<b>36,37</b>	<b>15,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста белокочанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, * сметана 15% жирности, *соль йодированная)	200/10	1,82	5,49	8,75	92,39	7,05
2012	286	* ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, * свинина б/к, *батон пшеничный йодированный)	70	10,71	27,30	8,78	112,89	0,56
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *соль йодированная)	40	0,55	1,50	2,37	25,21	0,01
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,15	5,36	21,35	146,71	10,38
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,86	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, *смородина черная)	200	0,29	0,12	21,48	90,23	24,03
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>19,50</b>	<b>40,17</b>	<b>81,82</b>	<b>559,29</b>	<b>42,03</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сахари панировочные, * сметана 15% жирности, *джем)	140/30	19,34	13,26	39,65	355,96	5,00
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>21,66</b>	<b>16,20</b>	<b>62,12</b>	<b>481,92</b>	<b>5,02</b>
<b>Всего</b>				<b>51,46</b>	<b>68,84</b>	<b>204,81</b>	<b>1 442,61</b>	<b>63,07</b>

Ст медсестра \_\_\_\_\_ Перевозчикова Н.А.