

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./



МЕНЮ

27 февраля 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*крупа рисовая, *сахар песок, *пшено, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *соль йодированная)	150	4,68	2,95	25,42	147,34	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	2,01	0,25	12,34	59,83	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,29	2,46	11,77	79,05	0,42
Итого			332	9,05	11,47	49,60	338,72	0,82
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Обед								
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	1,39	4,28	6,68	71,37	5,39
2012	277	* ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (*говядина кат а, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая)	60	9,13	9,18	2,07	127,32	0,40
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, вода питьевая, *крупа гречневая ядрица)	110	6,21	4,82	28,08	180,31	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,33	0,31	14,90	71,67	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	19,06	18,59	61,41	489,37	5,79
Уплполдник								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущ молоком (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сухари панировочные, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, * сметана 15% жирности)	110/25	17,12	12,45	26,30	288,71	0,24
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (вода питьевая, *сахар песок, *крахмал картофельный, *смородина черная)	150	0,16	0,06	20,92	85,81	11,98
Итого			305	18,88	12,71	57,04	422,12	12,22
Всего				47,51	43,29	180,79	1 311,31	31,83

Ст медсестра  Перевозчикова Н.А.

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



Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*крупа рисовая, вода питьевая, *пшено, *соль йодированная, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,63	3,53	30,47	176,78	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	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,76	2,96	14,18	95,08	0,52
Итого			397	10,86	12,60	59,45	395,76	1,01
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Обед								
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	5,46	8,75	92,12	7,05
2012	277	* ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (*говядина кат а, *морковь, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	70	10,63	10,72	2,48	148,93	0,46
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая ядрица, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная)	130	7,33	5,58	33,18	211,92	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			635	22,76	22,16	75,14	591,31	7,51
Уплподник								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущ молоком (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сухари панировочные, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, * сметана 15% жирности)	140/25	20,91	15,35	31,90	353,24	0,30
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (вода питьевая, *сахар песок, *крахмал картофельный, *смородина черная)	180	0,18	0,07	24,82	101,84	14,23
Итого			370	23,09	15,67	69,00	514,58	14,53
Всего				57,23	50,95	216,33	1 562,75	36,05

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.