

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 сентября 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		
Завтрак								
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, вода питьевая, *соль йодированная, *молоко пастер 3,2% жирности)	150	4,17	3,52	15,95	112,73	0,44
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	8,54	12,04	40,13	304,11	0,86
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,01	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,30	47,01	5,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	150	2,37	1,35	7,17	50,48	0,21
2012	310	*СУФЛЕ КУРИНОЕ (*молоко пастер 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *яйца куриные (шт.), *куриная грудка охлажденная, *масло подсолнечное рафинированное)	50	9,32	15,27	5,73	197,62	0,45
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,13	7,59	31,16	213,52	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			495	19,15	24,52	68,64	571,99	0,66
Упллполдник								
2012	94	*СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (*молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,58	4,49	12,40	105,17	0,55
2010	110	* ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПЕЧЕНЬЮ, ЛУКОМ (*соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), *говяжья печень, *мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *дрожжи, *сахар песок, *лук репчатый)	60	9,10	6,46	20,30	182,84	4,79
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,15	32,82	0,01
Итого			360	12,74	10,95	40,85	320,83	5,35
Всего				40,83	47,81	159,92	1 243,94	11,87

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 сентября 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная, *овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, *молоко пастер 3,2% жирности)	180	4,97	4,21	18,88	134,06	0,52
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	10,20	13,28	47,86	353,04	1,04
II Завтрак								
2008		ГРУША (*груша)	100	0,40	0,30	10,30	47,02	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,30	47,02	5,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	200	3,17	1,81	9,55	67,44	0,27
2012	310	*СУФЛЕ КУРИНОЕ (*молоко пастер 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, *соль йодированная, *яйца куриные (шт), *куриная грудка охлажденная, *масло подсолнечное рафинированное)	60	11,20	18,38	6,80	237,50	0,53
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,04	8,78	36,72	250,25	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,86	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,65	46,58	0,00
Итого			615	23,39	29,37	83,81	693,63	0,80
Уплподник								
2012	94	*СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (*молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,29	5,44	14,86	126,51	0,66
2010	110	* ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПЕЧЕНЬЮ, ЛУКОМ (*соль йодированная, *сахар песок, *яйца куриные (шт), *мука пшеничная высш сорт, *масло сладко-сливочное несоленое, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *дрожжи, *говяжья печень)	60	9,12	6,54	20,39	183,79	4,78
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
Итого			420	13,48	11,98	45,08	349,86	5,46
Всего				47,47	54,93	187,05	1 443,55	12,30

Ст медсестра _____ Перевозчикова Н.А.