

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./

**МЕНЮ**

27 мая 2024 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная, *крупа гречневая ядрица, вода питьевая, *сахар песок)	150	4,62	3,09	17,22	115,80	0,42
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,35	59,88	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,86	0,06	53,09	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,30	2,34	11,30	76,02	0,39
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>8,97</b>	<b>11,54</b>	<b>40,93</b>	<b>304,79</b>	<b>0,81</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>4,50</b>	<b>4,97</b>	<b>7,29</b>	<b>93,12</b>	<b>0,83</b>
<b>Обед</b>								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (*лавровый лист, *картофель, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *лук репчатый, *соль йодированная, вода питьевая, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	150	1,42	2,86	7,03	59,76	3,46
2012	291	*ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*говядина кат а, *масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные)	150	12,30	12,46	25,12	261,92	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)	25	0,35	1,04	2,01	19,19	0,92
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	34	0,27	0,03	0,84	4,71	3,37
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	14,90	71,71	0,00
<b>Итого</b>			<b>544</b>	<b>16,67</b>	<b>16,70</b>	<b>59,58</b>	<b>455,99</b>	<b>19,65</b>
<b>Уплподник</b>								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,12	7,44	31,10	211,92	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	13	2,96	3,76	0,00	46,40	0,04
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
<b>Итого</b>			<b>268</b>	<b>10,31</b>	<b>11,53</b>	<b>53,30</b>	<b>359,67</b>	<b>2,54</b>
<b>Всего</b>				<b>40,45</b>	<b>44,74</b>	<b>161,10</b>	<b>1 213,57</b>	<b>23,83</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю



Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./

**МЕНЮ**

27 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*крупа гречневая ядрица, вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,55	3,71	20,85	139,56	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,80	0,06	52,55	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	13,51	91,02	0,47
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,76</b>	<b>12,60</b>	<b>49,15</b>	<b>354,53</b>	<b>0,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,06	5,59	8,21	104,81	0,94
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>5,06</b>	<b>5,59</b>	<b>8,21</b>	<b>104,81</b>	<b>0,94</b>
<b>Обед</b>								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (*морковь, *лук репчатый, *картофель, *масло подсолнечное рафинированное, *соль йодированная, *лавровый лист, вода питьевая, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	200/10	1,85	3,60	9,21	76,79	4,52
2012	291	*ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (*говядина кат а, *масло сладко-сливочное несоленое, *картофель, *лук репчатый, *сухари панировочные)	180	14,75	14,76	30,05	312,28	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)	30	0,46	1,41	2,49	24,86	1,13
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	39	0,31	0,04	0,98	5,48	3,92
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,60	46,37	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>684</b>	<b>20,35</b>	<b>20,21</b>	<b>73,42</b>	<b>557,64</b>	<b>23,85</b>
<b>Уплподник</b>								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,86	36,77	251,15	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр )	15	3,38	4,29	0,00	52,92	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,60	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>12,43</b>	<b>13,60</b>	<b>68,86</b>	<b>449,67</b>	<b>4,04</b>
<b>Всего</b>				<b>48,60</b>	<b>52,00</b>	<b>199,64</b>	<b>1 466,65</b>	<b>29,80</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.