

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

**30 августа 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, вода питьевая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,16	3,51	15,79	112,03	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	12,31	59,69	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,30	2,46	11,74	78,93	0,42
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>8,54</b>	<b>12,03</b>	<b>39,91</b>	<b>303,15</b>	<b>0,86</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,75	61,13	13,01
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,75</b>	<b>61,13</b>	<b>13,01</b>
<b>Обед</b>								
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	50,52	0,20
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	9,30	15,17	5,64	196,47	0,45
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,12	7,59	31,14	213,42	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,87	71,55	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
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>19,11</b>	<b>24,42</b>	<b>68,50</b>	<b>570,66</b>	<b>0,65</b>
<b>Упполдник</b>								
2012	94	*СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (*молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,58	4,62	12,45	106,50	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	9,16	6,59	20,36	184,33	4,78
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай, вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,11	32,65	0,01
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>12,80</b>	<b>11,21</b>	<b>40,92</b>	<b>323,48</b>	<b>5,34</b>
<b>Всего</b>				<b>40,97</b>	<b>48,18</b>	<b>162,08</b>	<b>1 258,42</b>	<b>19,86</b>

Ст медсестры

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

/Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

30 августа 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	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная, *овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,98	4,22	18,90	134,16	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	95,05	0,52
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,21</b>	<b>13,29</b>	<b>47,88</b>	<b>353,11</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,09	13,00
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,74</b>	<b>61,09</b>	<b>13,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	200	3,17	1,81	9,51	67,27	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	11,17	18,35	6,81	237,10	0,53
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,85	36,73	250,95	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	11,59	46,36	0,00
<b>Итого</b>			<b>615</b>	<b>23,37</b>	<b>29,41</b>	<b>83,72</b>	<b>693,46</b>	<b>0,80</b>
<b>Упллполдник</b>								
2012	94	*СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (*молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, *крупа рисовая, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,30	5,50	14,87	127,23	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, *товьяжья печень)	60	9,20	6,72	20,37	185,74	4,78
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>13,57</b>	<b>12,22</b>	<b>45,07</b>	<b>352,53</b>	<b>5,46</b>
<b>Всего</b>				<b>47,67</b>	<b>55,44</b>	<b>189,41</b>	<b>1 460,19</b>	<b>20,30</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.