



Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №211"

Шубникова Е.М./

МЕНЮ

30 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		
Завтрак								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (*крупа манная, вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *молоко пастер. 3.2% жирности)	150	3,88	2,75	17,02	108,47	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	2,02	0,25	12,39	60,07	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая)	150	2,30	2,34	11,34	76,16	0,39
Итого			332	8,27	11,15	40,82	297,20	0,83
Обед								
2008	92	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, вода питьевая, *рыба минтай филе, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное)	150	3,00	2,25	14,26	87,79	9,00
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (*говядина кат а, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)	60	10,07	9,78	11,69	175,03	0,27
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,11	7,59	31,03	212,92	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,33	0,31	14,94	71,87	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	150	0,08	0,08	19,30	78,60	0,75
Итого			505	20,59	20,01	91,22	626,21	10,02
Уплполдник								
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,12	0,69	0,01
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,73	61,07	12,99
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,89	2,47	18,78	105,24	0,00
Итого			365	9,03	7,68	41,72	275,89	13,00
Всего				37,89	38,84	173,76	1 199,30	23,85

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад №211»

/Шубникова Е.М./



МЕНЮ
30 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		
Завтрак								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *сахар песок, *соль йодированная, *крупа манная, *молоко пастер. 3.2% жирности)	180	4,62	3,29	20,36	129,82	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
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,56	91,18	0,47
Итого			397	9,86	12,19	48,72	344,90	0,99
Обед								
2008	92	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, вода питьевая, *рыба минтай филе, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное)	200	4,00	3,00	19,00	117,00	12,00
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (*говядина кат а, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)	70	11,73	11,56	13,35	204,39	0,31
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,86	36,75	251,03	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоко)	180	0,09	0,09	23,10	94,10	0,90
Итого			625	24,85	23,91	111,28	758,30	13,21
Уплполдник								
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
2008		ЯБЛОКО (*яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
2012	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (*яйца куриные (шт.))	40	4,90	4,43	0,27	60,52	0,00
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш. сорт)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
Итого			400	9,37	7,65	44,04	286,23	13,02
Всего				44,08	43,75	204,04	1 389,43	27,22

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.