

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "Дюймовочка"
Колтунова Оксана Анатольевна

МЕНЮ

18 апреля 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	25	1,1	8,4	7,5	110	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	3,9	6,3	21,6	159	1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	4	4,3	11,7	102	0,7
Итого			330	9	19	40,8	371	1,7
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	5
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	25	0,3		0,7	5	2
2017		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (картофель, говядина 6/4, лук репчатый, жареный, пшено, капуста белокочанная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	5,5	5,4	11,2	117	8,4
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба треска потрошенная обезглавленная, жареная, хлеб пшеничный "подмосковный", лук репчатый, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	14,5	5,5	6,5	133	0,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	4,2	5,2	25,7	166	12,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5	20	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			575	26,9	16,4	65,6	521	23,5
Полдник								
		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" (напиток кисломолочный "снежок")	174	4,6	4,2	18,2	133	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
Итого			194	6,1	4,8	27,9	183	0
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, молоко пастер. 3,2% жирности)	95/25	19,3	14,4	28,7	327	0,3
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5,1	21	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
Итого			290	20,9	15	43,5	398	0,3
Всего				63,3	55,5	188,1	1520	30,5

повар

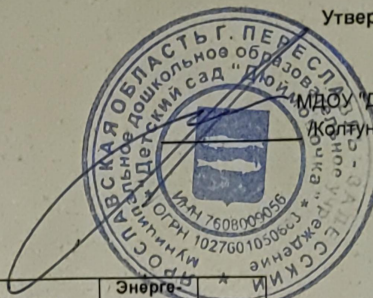
Аврамова Ирина Александровна

МЕНЮ
18 апреля 2023 г.
Сад 12 часов

Утверждаю

заведующий

МДОУ "Детский сад "Дюймовочка"
Жолтунова Оксана Анатольевна/



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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	26	1,5	5,6	10	97	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,7	8,9	24,1	200	0,8
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	100	2,7	10,1	28,7	216	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,4	4,7	14,5	119	0,8
2012		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК без молока (аллергии) (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		10,5	42	0
Итого			406	11,6	19,2	48,6	416	1,6
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			100	0,4	0,3	10,3	47	5
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	30	0,4		0,8	6	2,4
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (капуста белокочанная, картофеля, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, соль йодированная)	200	7,6	7,3	17,1	165	11,3
2017		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (без картофеля) (аллергии) (свинина мясная, лук репчатый, морковь, пшено, капуста белокочанная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	215	4,8	16,5	10,4	210	6,3
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (рыба треска потрошенная обезглавленная, морковь, хлеб пшеничный "подмосковный", лук репчатый, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	80	17,7	7,1	7,2	164	1,3
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ и рисом (аллергии) (свинина мясная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, соль йодированная)	195	12,9	35,7	16,5	439	0,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	140	5	6,3	30,7	200	14,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дворянский")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			680	33,8	21,1	82,2	668	29,7
Полдник								
		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" (напиток кисломолочный "снежок")	191	5,1	4,8	20,7	151	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	30	2,2	0,9	14,6	76	0
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергии) (печенье овсяное)	20					0
Итого			221	7,3	5,7	35,3	227	0
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	135/30	26	19,3	37	431	0,5
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (аллергии) (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	30	2,2	0,9	14,6	76	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (аллергии) (хлеб ржаной "дворянский")	25	1,5	0,2	10,3	50	0
Итого			392	28,4	20,3	66,6	567	0,5
Всего				81,5	66,6	243	1915	36,8