

Утверждаю

заведующий  
МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"  
\_\_\_\_\_ / Колтунова О. А./

## МЕНЮ

**2 апреля 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>								
2008	1	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	25	1,1	8,4	7,5	110	0
2008	189	<b>КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ</b> (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,4	6,7	23,7	178	0,97
2012	397	<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	125	2,5	2,5	11,1	78	0,4
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>9</b>	<b>17,6</b>	<b>42,3</b>	<b>366</b>	<b>1,37</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		<b>БАНАН</b> (банан)	175	2,6	0,9	36,8	168	17,5
<b>Итого</b>			<b>175</b>	<b>2,6</b>	<b>0,9</b>	<b>36,8</b>	<b>168</b>	<b>17,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	<b>СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> (вермишель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная)	180	5,3	6,4	5,1	100	0,9
2012	305	<b>КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ</b> (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный "подмосковный", сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.), лук репчатый)	50	11,7	12	11,3	199	0,6
2008	131	<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</b> (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	130	3,7	5,1	12,1	112	33,7
2008	402	<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>23,1</b>	<b>23,8</b>	<b>49,9</b>	<b>510</b>	<b>35,2</b>
<b>Полдник</b>								
		<b>НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК"</b> (напиток кисломолочный "снежок")	143	3,8	3,5	14,9	110	0
		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
<b>Итого</b>			<b>163</b>	<b>5,3</b>	<b>4,1</b>	<b>24,6</b>	<b>160</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	237	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком</b> (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, масло подсолнечное рафинированное)	110/20	16,4	14,2	23,7	293	0,3
		<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5	20	0
		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>18</b>	<b>14,8</b>	<b>38,4</b>	<b>363</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>58</b>	<b>61,2</b>	<b>192</b>	<b>1567</b>	<b>54,37</b>

медсестра \_\_\_\_\_ Золотавина Е. А.

повар \_\_\_\_\_ Аврамова И. А.

Утверждаю

заведующий  
МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"  
\_\_\_\_\_ / Колтунова О. А./

**МЕНЮ**  
**2 апреля 2024 г.**  
**Сад 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>								
2008	1	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	26	3	6,2	20,1	149	0
2008	189	<b>КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ</b> (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	7,1	7,8	26,8	206	0,8
2012	397	<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,8	4	12,3	101	0,6
<b>Итого</b>			<b>406</b>	<b>13,9</b>	<b>18</b>	<b>59,2</b>	<b>456</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		<b>БАНАН</b> (банан)	179	2,7	0,9	37,7	172	17,9
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>2,7</b>	<b>0,9</b>	<b>37,7</b>	<b>172</b>	<b>17,9</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	<b>СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИЦЕЙ</b> (вермишель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, бройлеры цыпята потрош. 1 категории, соль йодированная)	200	6,5	10,1	6,9	146	1,2
2019		<b>СУП С КРУПОЙ РИСОВОЙ И КУРИЦЕЙ (аллергии)</b> (бройлеры цыпята потрош. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200	6,4	7	16,5	155	1,1
2008	314	<b>КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ</b> (бройлеры цыпята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный "подмосковный", масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, лук репчатый)	60	13	14,7	8,7	219	0,9
2012	132	<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</b> (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,4	6,5	14,3	137	37,8
2008	402	<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,5	0,1	28,5	118	0
2008		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>27,5</b>	<b>31,8</b>	<b>79</b>	<b>720</b>	<b>39,9</b>
<b>Полдник</b>								
		<b>НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК"</b> (напиток кисломолочный "снежок")	170	4,5	4,1	17,8	130	0
2008	430	<b>ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничный "подмосковный")	30	2,2	0,9	14,6	76	0
		<b>ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергии)</b> (печенье овсяное)	20					0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,7</b>	<b>5</b>	<b>32,4</b>	<b>206</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	224	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным МОЛОКОМ</b> (творог 5,0% жирности, соль йодированная, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	120/30	22,9	20,6	34,7	423	0,4
2008	181	<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)</b> (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	90	4,9	4,2	21,9	145	0
2008	430	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничный "подмосковный")	30	2,2	0,9	14,6	76	0
2008		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ (аллергии)</b> (хлеб ржаной "дарницкий")	25	1,5	0,2	10,3	50	0
<b>Итого</b>			<b>377</b>	<b>25,3</b>	<b>21,6</b>	<b>64,3</b>	<b>559</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>76,1</b>	<b>77,3</b>	<b>272,6</b>	<b>2113</b>	<b>59,6</b>

медсестра \_\_\_\_\_ Золотавина Е. А.

повар \_\_\_\_\_ Аврамова И. А.