

Утверждаю

заведующий
МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"
_____ / Колтунова О. А./

МЕНЮ

28 августа 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, 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	1,5	5,6	10	97	0
2008	190	КАША "ДРУЖБА" молочная (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,8	5,5	16,9	134	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	5,2	5,6	14	130	1
Итого			325	10,5	16,7	40,9	361	1,5
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	205	0,8	0,6	21,2	97	10,3
Итого			205	0,8	0,6	21,2	97	10,3
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	44	0,4		1,1	6	4,5
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ на курином бульоне (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	180	9,2	7,8	16,7	175	4,8
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба треска потрошенная обезглавленная, хлеб пшеничный "подмосковный", молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	55	18,5	4,9	5,7	140	0,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	3,3	3,9	26,9	156	13,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,2	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			569	33,8	16,9	72,1	578	23,7
Полдник								
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5,3	22	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ с сыром (хлеб пшеничный "подмосковный", сыр российский)	20/12	4,4	4,3	9,7	95	0
Итого			182	4,5	4,3	15	117	0
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	110	13	17	8,5	240	0,5
		КУКУРУЗА САХАРНАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	30	0,9	0,1	1,7	11	1,1
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5,3	22	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
Итого			310	15,5	17,7	25,2	323	1,6
Всего				65,1	56,2	174,4	1476	37,1

медсестра _____ Золотавина Е. А.

повар _____

Утверждаю

заведующий
МДОУ "Детский сад "ДЮЙМОВОЧКА"
_____ / Колтунова О. А./

МЕНЮ
28 августа 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, 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")	37	2,3	6,7	15,2	130	0
2008	190	КАША "ДРУЖБА" молочная (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	6,6	8,4	28,1	215	0,8
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
Итого			417	13,3	19,8	57,8	464	1,6
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	200	0,8	0,6	21,4	98	10,4
Итого			200	0,8	0,6	21,4	98	10,4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	45	0,4	0,1	1,3	7	5,2
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ на курином бульоне (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыпята потрош. 1 категории)	200/15	12,5	10,6	23,3	240	5,9
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба треска потрошенная обезглавленная, хлеб пшеничный "подмосковный", молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, соль йодированная)	70	20,9	6,9	6,5	171	1
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	135	4,8	6,2	30,4	197	14,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			5,8	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	50	3,1	0,4	20,6	100	0
Итого			695	41,7	24,2	87,9	739	26,7
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ с сыром (хлеб пшеничный "подмосковный", сыр российский)	30/20	7	6,9	14,6	150	0
Итого			247	7,2	7	29,6	210	0
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	105	12,3	17,5	9,4	244	0,2
		КУКУРУЗА САХАРНАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	35	1	0,1	2,1	13	1,4
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
Итого			367	15,7	18,6	41,1	393	1,6
Всего				78,7	70,2	237,8	1904	40,3

медсестра _____ Золотавина Е. А.

повар _____