

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 февраля 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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	25	1,1	8,4	7,5	110	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,6	6,4	24,8	179	1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	145	3,4	3,7	10,4	89	0,6
Итого			325	10,1	18,5	42,7	378	1,6
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	170	0,7	0,5	17,5	80	8,5
Итого			170	0,7	0,5	17,5	80	8,5
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИЦЕЙ (вермишель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная)	180	4,9	6	5,4	96	1,2
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный "подмосковный", сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	50	18,1	17,6	10,9	275	0,7
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная)	150	3,9	3,2	17,4	116	33,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,3	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			570	29,3	27,1	55,5	589	35,3
Полдник								
		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" (напиток кисломолочный "снежок")	167	4,4	4,1	17,5	128	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
Итого			187	5,9	4,7	27,2	178	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, масло подсолнечное рафинированное)	130	16,4	14,7	23,9	298	0,3
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5,4	22	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
Итого			300	18	15,3	39	370	0,3
Всего				64	66,1	181,9	1595	45,7

повар

Аврамова И. А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 февраля 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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный "подмосковный")	25	1,1	8,4	7,5	110	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,6	6,4	24,8	179	1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	145	3,4	3,7	10,4	89	0,6
Итого			325	10,1	18,5	42,7	378	1,6
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	170	0,7	0,5	17,5	80	8,5
Итого			170	0,7	0,5	17,5	80	8,5
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИЦЕЙ (вермишель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная)	180	4,9	6	5,4	96	1,2
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный "подмосковный", сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	50	18,1	17,6	10,9	275	0,7
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная)	150	3,9	3,2	17,4	116	33,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,3	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий")	40	2,4	0,3	16,5	80	0
Итого			570	29,3	27,1	55,5	589	35,3
Полдник								
		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" (напиток кисломолочный "снежок")	167	4,4	4,1	17,5	128	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
Итого			187	5,9	4,7	27,2	178	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, масло подсолнечное рафинированное)	130	16,4	14,7	23,9	298	0,3
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		5,4	22	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный")	20	1,5	0,6	9,7	50	0
Итого			300	18	15,3	39	370	0,3
Всего				64	66,1	181,9	1595	45,7

повар

Аврамова И. А.