

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

28 мая 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 сливочное бутербродное, хлеб пшеничный "подмосковный")	25	1,5	5,6	10	97	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)	170	4,1	4,3	13,3	109	0,6
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>11</b>	<b>16,6</b>	<b>47</b>	<b>384</b>	<b>1,57</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		<b>БАНАН</b> (банан)	200	3,2	1,1	45,2	206	21,5
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,2</b>	<b>1,1</b>	<b>45,2</b>	<b>206</b>	<b>21,5</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	13,7	13,8	11,3	224	0,7
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	3,8	5,1	12,2	113	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>25,2</b>	<b>25,6</b>	<b>50</b>	<b>536</b>	<b>35,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	395	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b> (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	3,6	3,9	11,2	95	0,6
2008		<b>ПЕЧЕНЬЕ</b> (печенье сахарное мука высш. сорт)	15	1,1	1,5	11,2	63	0
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>4,7</b>	<b>5,4</b>	<b>22,4</b>	<b>158</b>	<b>0,6</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)	130/20	18,8	15,2	23,6	309	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>320</b>	<b>20,4</b>	<b>15,8</b>	<b>38,3</b>	<b>379</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>64,5</b>	<b>64,5</b>	<b>202,9</b>	<b>1663</b>	<b>59,27</b>

медсестра \_\_\_\_\_ Золотавина Е. А.

повар \_\_\_\_\_ Аврамова И. А.

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**28 мая 2024 г.**  
**Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	1	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сливочное бутербродное, хлеб пшеничный "подмосковный")	26	3	7	20,2	156	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	7,7	26,6	204	0,8
2012	397	<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,9	4	12,4	102	0,6
<b>Итого</b>			<b>406</b>	<b>13,9</b>	<b>18,7</b>	<b>59,2</b>	<b>462</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		<b>БАНАН</b> (банан)	200	3,3	1,1	46	210	21,9
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,3</b>	<b>1,1</b>	<b>46</b>	<b>210</b>	<b>21,9</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 цыпленка 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 цыпленка 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 цыпленка потрош. 1 категории, хлеб пшеничный "подмосковный", масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, лук репчатый)	60	13,9	15,5	8,7	230	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			4,9	20	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>27,9</b>	<b>32,5</b>	<b>55,4</b>	<b>633</b>	<b>39,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	432	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b> (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	200	1,5	1,3	22,4	107	1
2008	430	<b>ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	190/7	0,2	0,1	15	60	0
2008		<b>ПЕЧЕНЬЕ</b> (печенье сахарное мука высш. сорт)	20	1,5	2	15,2	85	0
		<b>ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергии)</b> (печенье овсяное)	20					0
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>3</b>	<b>3,3</b>	<b>37,6</b>	<b>192</b>	<b>1</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)	145/30	25,1	21,3	35,4	439	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>402</b>	<b>27,5</b>	<b>22,3</b>	<b>65</b>	<b>575</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>75,6</b>	<b>77,9</b>	<b>263,2</b>	<b>2072</b>	<b>64,6</b>

медсестра \_\_\_\_\_ Золотавина Е. А.

повар \_\_\_\_\_ Аврамова И. А.