

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептов | № 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 | 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 |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 150 | 0,1 | | 5 | 20 | 0 |
| Итого | | | 330 | 7,2 | 12 | 39,8 | 296 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2019 | | СУП С КРУПОЙ РИСОВОЙ И КУРИЦЕЙ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста) | 180 | 4,7 | 6,5 | 12,6 | 130 | 1,2 |
| 2008 | 351 | РАГУ ОВОЩНОЕ с курицей (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное) | 150 | 13,5 | 14,3 | 17,8 | 255 | 24,8 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 150 | | | 4,9 | 19 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий") | 40 | 2,4 | 0,3 | 16,5 | 80 | 0 |
| Итого | | | 520 | 20,6 | 21,1 | 51,8 | 484 | 26 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 150 | 0,1 | | 5 | 20 | 0 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности) | 45 | 7,1 | 6 | 45,2 | 263 | 0 |
| Итого | | | 195 | 7,2 | 6 | 50,2 | 283 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 332 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное) | 130 | 3,1 | 4,6 | 19,5 | 133 | 1,3 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.)) | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | 180 | 4,1 | 4,5 | 12 | 106 | 0,8 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный") | 20 | 1,5 | 0,6 | 9,7 | 50 | 0 |
| Итого | | | 370 | 13,8 | 14,3 | 41,5 | 352 | 2,1 |
| Всего | | | | 49,8 | 53,6 | 203,1 | 1501 | 33,1 |

повар _____

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 ноября 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") | 26 | 1,5 | 6,4 | 10,1 | 104 | 0 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 200 | 6,7 | 8,9 | 25,1 | 209 | 0,8 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 190/7 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 0 |
| Итого | | | 423 | 8,4 | 15,4 | 50,2 | 373 | 0,8 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный) | 196 | 1 | 0,2 | 19,8 | 84 | 3,9 |
| | | СОК ГРУШЕВЫЙ (аллергии) (сок грушевый) | 200 | | | 25,2 | 101 | 0 |
| Итого | | | 196 | 1 | 0,2 | 19,8 | 84 | 3,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2019 | | СУП С КРУПОЙ РИСОВОЙ И КУРИЦЕЙ (бройлеры цыпята потрош. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста) | 200 | 5,9 | 9 | 16,8 | 172 | 1,6 |
| 2008 | 351 | РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, томатная паста, бройлеры цыпята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное) | 150 | 14,9 | 15,9 | 20,4 | 287 | 28,2 |
| 2012 | 336 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ (аллергии) (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, соль йодированная, бройлеры цыпята потрош. 1 категории) | 150 | 14,3 | 14,6 | 10,1 | 232 | 32,4 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 180 | | | 5,8 | 23 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной "дарницкий") | 50 | 3,1 | 0,4 | 20,6 | 100 | 0 |
| Итого | | | 580 | 23,9 | 25,3 | 63,6 | 582 | 29,8 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 190/7 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 0 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности) | 60 | 8,2 | 8,4 | 51,5 | 314 | 0,1 |
| | | ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (аллергии) (печенье овсяное) | 20 | | | | | 0 |
| Итого | | | 257 | 8,4 | 8,5 | 66,5 | 374 | 0,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 332 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное) | 150 | 4,5 | 6,6 | 27,6 | 188 | 1,9 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.)) | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | 180 | 4,3 | 4,6 | 14,2 | 116 | 0,8 |
| 2012 | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК без молока (аллергии) (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,1 | | 10,5 | 42 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный "подмосковный") | 40 | 2,9 | 1,2 | 19,5 | 101 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (аллергии) (хлеб ржаной "дарницкий") | 25 | 1,5 | 0,2 | 10,3 | 50 | 0 |
| Итого | | | 410 | 16,8 | 17 | 61,6 | 468 | 2,7 |
| Всего | | | | 58,5 | 66,4 | 261,7 | 1881 | 37,3 |

повар _____