

Согласовано

.заведующая

МДОУ "Детский сад №122"

/ Кошелева А, В, /



# МЕНЮ

15 апреля 2024 г.  
Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ НА С/М (крупа манная, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	200	4,9	6,3	38,4	230	0,2
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		9	36	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30/7	2,3	6,7	15,5	131	0
<b>Итого</b>			<b>437</b>	<b>7,3</b>	<b>13</b>	<b>62,9</b>	<b>397</b>	<b>0,2</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, вода питьевая, картофель, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, кури потрош. 1 категории, томатная паста)	200/11	5,4	9,7	10,3	156	12,9
2008	314	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	70	11,7	13,5	0,6	170	0,6
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА (горох лущеный, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	11,1	5,7	23,2	188	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,7	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>31,5</b>	<b>29,3</b>	<b>64</b>	<b>651</b>	<b>13,5</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сыр российский)	42/12	4,6	3,3	14,6	107	0
<b>Итого</b>			<b>254</b>	<b>10,2</b>	<b>8,2</b>	<b>23,9</b>	<b>212</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	60	1,1	5	4,4	68	1,6
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	212	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	4,3	3,7	27,4	160	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,1	2,6	13,5	91	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>15,9</b>	<b>16,1</b>	<b>60,7</b>	<b>453</b>	<b>2,1</b>
<b>Всего</b>				<b>64,9</b>	<b>66,6</b>	<b>211,5</b>	<b>1713</b>	<b>16,8</b>

Согласовано

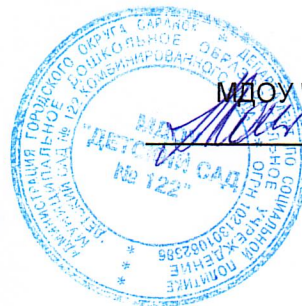
.заведующая

МДОУ "Детский сад №122"

/ Кошелева А.В./

# МЕНЮ

15 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	184	КАША МАННАЯ НА С/М (крупа манная, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	150	3,5	5,5	27,7	175	0,1
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		8,1	33	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25/5	1,9	5	12,9	105	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>5,5</b>	<b>10,5</b>	<b>48,7</b>	<b>313</b>	<b>0,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	83	ЩИ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, вода питьевая, картофель, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, кури потрош. 1 категории, томатная паста)	150/9	4,6	7,9	9,1	131	11,9
2008	314	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	60	10,3	11,9	0,5	150	0,6
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА (горох лущеный, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	8,9	4,8	18,5	153	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7,9	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>509</b>	<b>26,4</b>	<b>25</b>	<b>53</b>	<b>548</b>	<b>12,5</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	74	ГРЕНКИ С СЫРОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сыр российский)	42/8	3,4	2,3	12,2	84	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>7,7</b>	<b>6</b>	<b>19,2</b>	<b>163</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	40	0,7	3,3	2,8	44	1,1
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	212	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	4,3	3,8	27,4	161	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,8	2,4	11,1	78	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,9	0,2	12,6	60	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>14,6</b>	<b>14,2</b>	<b>54,2</b>	<b>404</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>54,2</b>	<b>55,7</b>	<b>175,1</b>	<b>1428</b>	<b>15</b>