



МЕНЮ
11 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	90	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ (молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	200	4,8	6,3	21,8	164	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	200	3,1	2,6	12,6	87	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшенич. мука высш. сорт обог. микронутриентами, сыр голландский (круглый))	40/7/12	5,6	10,4	20,7	199	0
Итого			459	13,5	19,3	55,1	450	1,1
Обед								
2008	101	СУП ЛАПША СО СМЕТАНОЙ (макаронные изделия высш. сорт, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, куриц. потрош. 1 категории, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200/11	5,3	7,4	15,6	149	3,7
2008	314	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (куриц. потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	70	11,9	12,8	0,6	164	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	3	6,1	18,8	142	9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			661	23,5	26,7	64	588	13,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2.5% жирности)	70	5,6	3,6	30,5	177	0,2
Итого			270	11,2	8,5	39,8	282	1,2
Ужин								
2012	237	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СЛАДКИМ СОУСОМ (творог 5.0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, кисель (концентрат) на плодовый экстракт, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2.5% жирности)	150/60	21,4	15,1	21,8	313	0,3
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			450	24,6	15,3	50	440	0,3
Всего			450	72,8	69,8	208,9	1760	15,9



Согласовано

заведующая

МДОУ "Детский сад №122"

С/Кошелева А.В./

№ 122

МЕНЮ
11 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		
Завтрак								
2012	90	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	4,1	6	17,7	142	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,7	2,4	10,1	73	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами, сыр голландский (круглый))	30/5/8	4	7,2	15,4	144	0
Итого			373	10,8	15,6	43,2	359	1,1
Обед								
2008	101	СУП ЛАПША СО СМЕТАНОЙ (макаронные изделия высш. сорт, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150/9	4,1	5,6	10,5	110	3,3
2008	314	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	59	10,3	11,2	0,5	142	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	2,3	4,9	15,3	114	7,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			508	19,3	22,1	50,1	475	11,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	60	4,7	3,1	26,7	153	0,1
Итого			210	9	6,8	33,7	232	0,9
Ужин								
2012	237	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СЛАДКИМ СОУСОМ (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, кисель (концентрат) на плодовых экстр., масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	151/40	21,5	15,2	20,3	307	0,3
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			401	23,9	15,4	41,4	402	0,3
Всего				63	59,9	168,4	1468	13,5