

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Кемлянский детский сад "

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорийность, ккал.	Химический состав				
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)	
ЗАВТРАК					476	400,60	8,84	7,74	73,93	
<i>Каша гречневая вязкая</i>					150	155,00	5,00	3,00	28,00	
	Крупа гречневая	40,00	40,000		123,40	5,04	1,32	22,84		
	Масло сливочное	2,00	2,000		11,31	0,03	1,23	0,03		
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99		
	Соль йодированная	0,25	0,250							
<i>Кисель с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возраста</i>					180	22,00			5,00	
	Кисель с витаминами "Витошка"	10,00	10,000		9,60			2,40		
	Сахар-песок	3,00	3,000		11,98			2,99		
<i>Бутерброды с маслом</i>					35	99,00	2,00	3,00	15,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	30,000		70,32	2,28	0,24	14,76		
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09		
<i>Соки овощные, фруктовые и ягодные</i>					96	60,00			15,00	
	Сок	96,00	96,000		60,38	0,29	0,10	14,59		
<i>Печенье</i>					15	65,00	1,00	2,00	11,00	
	Печенье	15,00	15,000		65,37	1,13	1,77	11,24		
ОБЕД					630	669,41	37,55	23,87	76,20	
<i>Суп картофельный с рыбой</i>					180	123,00	6,00	5,00	14,00	
	Минтай	25,00	20,000		14,34	3,18	0,18			
	Сметана 15%	9,00	9,000		14,38	0,23	1,35	0,32		
	Картофель	90,00	59,000		45,31	1,18	0,24	9,62		
	Капуста белокочанная	60,00	48,000		12,91	0,86	0,05	2,26		
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66		
	Морковь	15,00	11,000		3,71	0,14	0,01	0,76		
	Масло сливочное	2,00	2,000		11,31	0,03	1,23	0,03		
	Масло растительное	2,00	2,000		17,98		2,00			
	Соль йодированная	0,60	0,600							
<i>Суфле из птицы</i>					70	244,00	24,00	11,00	12,00	
	Яйцо куриное	1/2 шт.	20,000		31,42	2,54	2,30	0,14		
	Молоко	20,00	20,000		11,84	0,58	0,64	0,94		
	Масло сливочное	2,00	2,000		11,31	0,03	1,23	0,03		
	Масло растительное	2,00	2,000		17,98		2,00			
	Соль йодированная	0,42	0,420							
	Хлеб пшеничный	10,00	10,000		23,44	0,76	0,08	4,92		
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03		
	Грудка куриная	95,00	90,000		130,50	18,90	4,50	3,60		

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Кемлянский детский сад "

Приложение №12
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорий- ность, ккал.	Химический состав			
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	
	Морковь	25,00	19,000		6,40	0,25	0,02	1,31	
Пюре картофельное				110	136,00	3,00	5,00	20,00	
	Картофель	170,00	110,000		84,48	2,20	0,44	17,93	
	Молоко	40,00	40,000		23,68	1,16	1,28	1,88	
	Масло сливочное	5,00	5,000		28,28	0,07	3,08	0,09	
	Соль йодированная	0,40	0,400						
Компот из смеси сухофруктов				180	21,00			5,00	
	Сухофрукты	9,00	9,000		0,86	0,21		0,01	
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99	
	Аскорбиновая кислота	0,04	0,040						
Хлеб ржаной				40	78,00	2,00		16,00	
	Хлеб ржаной				77,92	2,44	0,48	15,96	
Хлеб пшеничный				10	23,00	1,00		5,00	
	Хлеб пшеничный				23,44	0,76	0,08	4,92	
Салат весенний				40	44,00	1,00	2,00	5,00	
	Картофель	20,00	13,000		9,98	0,26	0,05	2,12	
	Огурцы соленые	22,00	19,800		1,98	0,16		0,34	
	Лук репчатый	10,00	8,000		3,22	0,11	0,02	0,66	
	Морковь	20,00	15,000		5,06	0,20	0,02	1,04	
	Масло растительное	2,00	2,000		17,98		2,00		
	Соль йодированная	0,25	0,250						
	Горошек консервированный	25,00	15,000		5,76	0,47		0,98	
ПОЛДНИК				392	415,05	7,59	6,17	82,30	
Пирожки печеные из сдобного теста				90	341,00	7,00	6,00	64,00	
	Мука	40,00	40,000		133,40	4,12	0,44	28,24	
	Масло сливочное	2,00	2,000		11,31	0,03	1,23	0,03	
	Яйцо куриное	1/8 шт.	4,800		7,54	0,61	0,55	0,03	
	Сахар-песок	5,00	5,000		19,96			4,99	
	Дрожжи	1,00	1,000		0,85	0,13		0,09	
	Соль йодированная	0,45	0,450						
	Мука	3,00	3,000		10,01	0,31	0,03	2,12	
	Повидло	40,00	40,000		104,64	0,16		26,00	
	Молоко	60,00	60,000		35,52	1,74	1,92	2,82	
	Масло растительное	2,00	2,000		17,98		2,00		
Чай с сахаром				180	24,00			6,00	
	Чай	0,90	0,900		0,11			0,03	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Кемлянский детский сад "

Приложение №12
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование продуктов	Масса, г.			Калорий- ность, ккал.	Химический состав			
		брутто	нетто	выход		Б, г.	Ж, г.	У, г.	Вит. С, (мг)
	Сахар-песок	6,00	6,000		23,95			5,99	
	Яблоки			122	50,00			12,00	
	Яблоки				49,78	0,49		11,96	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1498	1485,00	54,00	38,00	232,00	