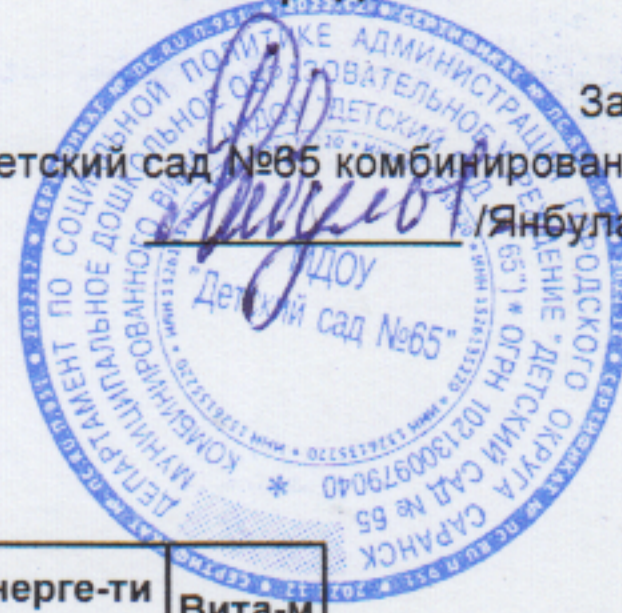


Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №85 комбинированного вида"
Ямбулатова Е.Н./



МЕНЮ
15 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность , ккал | Вита- ин С, мг |
|---------------------|---------------------|---|-------|-------------------|---------|------------------|--------------------------------------|----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-во ды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 187 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая) | 150 | 3,9 | 4,5 | 18,9 | 133 | 0,4 |
| 2008 | 187 | КАША ЯЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (крупа ячневая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая) | 150 | 1,7 | 2,6 | 15,2 | 91 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое) | 5 | | 4,1 | | 37 | 0 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | 180 | 2,4 | 1,9 | 11,6 | 74 | 0,4 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗМОЛОЧНЫЙ (аллергики) (кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,2 | | 7,9 | 32 | 0 |
| Итого | | | 355 | 7,8 | 10,6 | 40,2 | 290 | 0,8 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 399 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный) | 200 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83 | 1,6 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83 | 1,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к, соль йодированная) | 150 | 3,8 | 5,8 | 5,8 | 93 | 7,2 |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина б/к, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист) | 160 | 8 | 11,9 | 9,7 | 180 | 19 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 150 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 500 | 14,4 | 18,1 | 39,3 | 382 | 26,2 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 180 | 5 | 4,4 | 8,3 | 94 | 0,9 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики) (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 180 | | | 6,8 | 27 | 0 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт) | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 | 0 |
| Итого | | | 200 | 6,5 | 6,4 | 23,2 | 177 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная) | 30 | 0,5 | 1 | 2,5 | 21 | 1,2 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский) | 150 | 9,3 | 14,3 | 2,7 | 177 | 0,3 |
| 2008 | 212 | МАКАРОННИК (аллергики) (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 150 | 10,2 | 11 | 17,5 | 210 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,1 | | 7 | 28 | 0 |
| Итого | | | 400 | 12,9 | 15,5 | 31,7 | 318 | 1,5 |
| Всего | | | | 42,6 | 50,8 | 154 | 1250 | 31 |

Шеф-повар

Кимьева Е.И.