

Утверждаю

Заведующая  
МДОУ "Детский сад №93"  
М.Г. Бочкина



**МЕНЮ**  
15 мая 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ <small>(макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сыр российский)</small>	140/4	3,8	4	19,1	127	0
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеничной муки высш. сорт обог. микроэлементами)</small>	30/5	2,3	5	15,4	116	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый)</small>	180	0,1		7,5	30	0
		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ <small>(яйца куриные (шт.))</small>	40	4,9	4,5	0,3	61	0
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>11,1</b>	<b>13,5</b>	<b>42,3</b>	<b>334</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ <small>(курица потрош. 1 категории, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, картофель, вода питьевая, морковь, лук репчатый, соль йодированная, пшено)</small>	150	5,4	5,1	18,2	139	4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР <small>(капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, курица потрош. 1 категории)</small>	130	8,4	13,1	6,1	177	22,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)</small>	150			9	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	40	2,5	0,4	16,5	79	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	41	0,3		0,7	5	2,1
<b>Итого</b>			<b>511</b>	<b>16,6</b>	<b>18,6</b>	<b>50,5</b>	<b>436</b>	<b>28,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	415	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ <small>(горох лущеный, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	110	6	3,4	12,5	105	0
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(рыба лещ, лук репчатый, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)</small>	60	6,8	2,9	0,9	56	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ <small>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)</small>	170	3,5	2,8	13,2	93	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)</small>	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ <small>(икра из кабачков)</small>	173	3	14,3	12,3	191	4,6
<b>Итого</b>			<b>543</b>	<b>21,5</b>	<b>23,6</b>	<b>53,5</b>	<b>514</b>	<b>5,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ <small>(кисель (концентрат) на плодовых экстрактах, сахар песок, вода питьевая)</small>	150			12,7	51	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье сахарное мука высш. сорт)</small>	20	1,5	2	14,9	83	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>1,5</b>	<b>2</b>	<b>27,6</b>	<b>134</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>50,7</b>	<b>57,7</b>	<b>173,9</b>	<b>1418</b>	<b>33,8</b>

медицинская сестра Серебрякова Г.В.

повар [подпись]